

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ УПРАВЛІННЯ, ПСИХОЛОГІЇ
ТА БЕЗПЕКИ
Кафедра загальної та соціальної психології**

**Кваліфікаційна робота на тему:
АГРЕСІЯ У ПІДЛІТКІВ: ПОКАЗНИКИ, ФАКТОРИ, ПРИЧИНИ**

кваліфікаційна робота
здобувачки першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти
денної форми здобуття освіти
спеціальності 053 Психологія
Ірини СМОЛЯК

Науковий керівник:
доцент кафедри загальної та соціальної
психології,
кандидат психологічних наук,
доцент
Оксана ХРИСТУК

Рецензент:
доцент кафедри практичної психології,
доктор філософії в галузі психології
Наталія КАЛЬКА

Кваліфікаційна робота допущена до захисту

«___» _____ 2026 р., протокол № ___

Завідувач кафедри загальної та соціальної психології

Зоряна КОВАЛЬЧУК

(підпис)

Львів 2026

АНОТАЦІЯ

Смоляк І. Агресія у підлітків: показники, фактори, причини.

Кваліфікаційна робота здобувача вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія. Науковий керівник: Оксана Христюк, кандидат психологічних наук, доцент.

У роботі досліджено агресію у підлітків в умовах сучасних воєнних подій. Основна мета роботи полягає у теоретико-емпіричному вивченні показників агресивності, її чинників та причин у підлітковому віці. Предметом дослідження є агресивність, тривожність, соціально-психологічна адаптація, життєстійкість та їхній взаємозв'язок у підлітковому віці.

У кваліфікаційній роботі проаналізовано теоретичні підходи до розуміння агресії, охарактеризовано психологічні особливості підліткового віку та вплив воєнних умов на емоційний стан підлітків. Емпіричне дослідження проведено на основі опитувальника агресивності Басса–Дарки, шкали соціально-психологічної адаптації Роджерса–Даймонда, шкали життєстійкості Коннора–Девідсона та шкали тривожності STAI.

Отримані результати свідчать про те, що у структурі агресивності підлітків домінують вербальна агресія та роздратування. Виявлено статистично значущі зв'язки між рівнем агресивності, тривожністю, показниками соціально-психологічної дезадаптації та неприйняттям себе. Підвищений рівень тривожності та емоційного напруження поєднується з посиленням агресивних проявів у підлітків, тоді як нижчий рівень адаптивності та труднощі самоприйняття сприяють формуванню дезадаптивної поведінки.

Практичне значення роботи полягає у можливості використання отриманих результатів для розробки програм психологічної підтримки підлітків, спрямованих на зниження рівня агресивності та розвиток навичок емоційної саморегуляції.

Ключові слова: агресія, підлітковий вік, війна, тривожність, соціально-психологічна адаптація, життєстійкість, дезадаптація.

ABSTRACT

Smoliak, I. Aggression in Adolescents: Indicators, Factors, Causes. Thesis for the first (bachelor's) degree in Psychology (Specialization 053). Academic Advisor: Oksana Khrystuk, Ph.D. in Psychology, Associate Professor.

This thesis examines aggression in adolescents in the context of current military events. The main objective of the thesis is a theoretical and empirical study of indicators of aggression, its factors, and causes during adolescence. The subject of the study is aggression, anxiety, socio-psychological adaptation, resilience, and their interrelationship during adolescence.

The thesis analyzes theoretical approaches to understanding aggression, describes the psychological characteristics of adolescence, and examines the impact of wartime conditions on adolescents' emotional state. The empirical study was conducted using the Bass–Darke Aggression Questionnaire, the Rogers–Diamond Social-Psychological Adaptation Scale, the Connor–Davidson Resilience Scale, and the STAI Anxiety Scale.

The results indicate that verbal aggression and irritability dominate the structure of adolescent aggression. Statistically significant correlations were found between levels of aggression, anxiety, indicators of socio-psychological maladjustment, and self-rejection. Elevated levels of anxiety and emotional tension are associated with increased aggressive behavior in adolescents, while lower levels of adaptability and difficulties with self-acceptance contribute to the development of maladaptive behavior.

The practical significance of this study lies in the possibility of using the obtained results to develop psychological support programs for adolescents aimed at reducing aggression levels and developing emotional self-regulation skills.

Keywords: aggression, adolescence, war, anxiety, socio-psychological adaptation, resilience, maladjustment.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	7
1.1. Теоретичні підходи до розуміння агресії в підлітковому віці.....	7
1.2. Показники, фактори та причини агресії у підлітків.....	14
1.3. Булінг у підлітковому середовищі: особливості та чинники як прояв агресії.....	20
.....	20
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1.....	23
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ....	26
2.1. Характеристика вибірки та методик дослідження.....	26
2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження агресивності у підлітків.....	32
2.2.1. Описова статистика психологічної стійкості підлітків.....	32
2.2.2. Порівняльний аналіз показників вербальної агресії та роздратування за гендерними особливостями.....	38
2.3. Кореляційний аналіз даних.....	41
ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2.....	45
ВИСНОВКИ.....	48
ЛІТЕРАТУРА.....	50
ДОДАТКИ.....	55

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасне українське суспільство, яке вже тривалий час живе в умовах війни та кризових ситуацій, щодня стикається з численними викликами, що суттєво впливають на психоемоційний стан людей. Втрата близьких, руйнування дому, позбавлення звичного способу життя та постійна загроза безпеці формують середовище, у якому агресія поступово нормалізується й навіть може сприйматися як прийнятна форма поведінки. Вона стає інструментом виживання, способом протесту або ж захисним механізмом у відповідь на надмірне емоційне напруження. У таких умовах агресивна поведінка часто виникає як реакція на тривалу фрустрацію, відчуття безпорадності та загрозу життю чи добробуту.

Водночас прояви агресії не є однорідними: вони залежать від соціальних, психологічних та вікових чинників, які визначають інтенсивність, форму та причини її виникнення. Найбільш чутливою групою до впливу цих факторів є підлітки. Саме у цьому віковому періоді особистість перебуває у процесі становлення, а емоційна сфера характеризується високою вразливістю та схильністю до різких реакцій. В умовах війни підлітки можуть відчувати загострення агресивності, адже крім зовнішніх стресових чинників вони стикаються з внутрішніми труднощами самовизначення, пошуку соціальної підтримки та формування власних механізмів саморегуляції. Це робить їх особливо вразливою категорією, яка потребує наукового осмислення та практичної підтримки.

Тому, дослідження агресії у підлітків в умовах воєнного часу є надзвичайно актуальним. Його результати можуть сприяти глибшому розумінню вікової специфіки агресивної поведінки, допомогти у створенні програм психологічної підтримки, розвитку навичок емоційної саморегуляції та підвищення рівня адаптації підлітків у складних життєвих ситуаціях. Це має значення як для наукової психології, так і для практики роботи з молоддю, яка сьогодні перебуває у винятково складних умовах соціального та особистісного розвитку.

Мета дослідження полягає у теоретико-емпіричному вивченні агресії у підлітків в умовах воєнного часу з визначенням її основних показників, факторів та причин виникнення.

Для досягнення поставленої мети було визначено **такі завдання дослідження:**

1. Вивчити теоретичні підходи до розуміння агресії у підлітковому віці.
2. Визначити психологічні фактори та причини агресивної поведінки.
3. Проаналізувати агресію як чинник розвитку булінгу.
4. Провести емпіричне дослідження рівня агресії у підлітків.
5. Встановити зв'язок агресії з тривожністю, адаптивністю та стресостійкістю.

Об'єкт дослідження – агресивна поведінка підлітків.

Предмет дослідження – показники, фактори та причини прояву агресії у підлітків в умовах воєнного часу.

Гіпотеза дослідження полягає у припущенні, що підлітки в умовах воєнного часу характеризуються підвищеним рівнем агресивності, який має статистично значущий зв'язок із високим рівнем тривожності та зниженням показників стресостійкості й соціально-психологічної адаптації. Передбачається, що вплив кризових факторів, зокрема переживання втрати близьких, руйнування звичного способу життя, вимушене переміщення, постійне відчуття небезпеки та емоційної нестабільності, провокує посилення внутрішнього напруження, яке може проявлятися у вербальній, фізичній та непрямій агресії. Агресивна поведінка у такому випадку виступає як дезадаптивна реакція на стрес, тривожність та недостатність ресурсів емоційної саморегуляції.

Теоретико-методологічна основа дослідження ґрунтується на класичних і сучасних психологічних підходах до вивчення агресії, особливостей особистісного розвитку підлітків, механізмів психологічної адаптації та впливу кризових умов на поведінку особистості. Теоретичну основу становлять положення щодо природи агресії та агресивної поведінки, розроблені А. Бассом,

А. Даркі, А. Бандурою, Л. Берковіцем, а також концептуальні підходи до вивчення тривожності Ч. Спілбергера, соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, стресостійкості К. Коннора та Дж. Девідсона. Важливе значення для дослідження мають праці сучасних українських науковців, зокрема О. П. Бугайової, І. В. Бужини, Л. В. Цюпи, О. Є. Мойсеєвої, У. Б. Михайлишин, В. М. Ільїної, І. О. Поплавської, Д. Ю. Гривної, О. Оникійчук та інших, у яких висвітлено причини виникнення агресії, роль сімейного середовища, гендерні особливості агресивної поведінки, вплив соціальних мереж, самооцінки, акцентуацій характеру, а також специфіку проявів агресивності підлітків в умовах воєнного стану. Методологічною основою роботи є принципи системності, розвитку, детермінізму, комплексного підходу та єдності свідомості й діяльності.

Наукова новизна дослідження визначається комплексним аналізом проявів агресивності підлітків у сучасних кризових умовах воєнного часу з урахуванням психологічних та соціальних чинників її формування. У роботі поглиблено уявлення про агресію як багатофакторне явище, що пов'язане з рівнем тривожності, стресостійкості та соціально-психологічної адаптації особистості. Уточнено особливості прояву різних форм агресії у підлітковому віці, зокрема вербальної, фізичної та непрямой агресії в умовах підвищеного стресового навантаження. Досліджено специфіку впливу воєнних подій, соціальної нестабільності, втрати почуття безпеки та руйнування звичних умов життя на посилення агресивних реакцій підлітків. Отримані результати розширюють сучасні наукові уявлення про психологічні наслідки війни для емоційно-поведінкової сфери підлітків.

Практичне значення дослідження визначається можливістю застосування отриманих результатів для розробки психологічних рекомендацій, спрямованих на саморегуляцію агресивних проявів у підлітковому віці. Зібрані дані можуть слугувати основою для створення програм психопрофілактики та корекції, що враховують рівень тривожності, стресостійкості й адаптивності, а також особливості вербальної та фізичної агресії. Важливою є перспектива

використання результатів у практиці фахівців із психічного здоров'я не лише для зниження агресивності, але й для надання психологічної підтримки підліткам, які переживають воєнні події, адже агресія може виступати своєрідним захисним механізмом, що приховує потребу у допомозі. Отримані висновки також можуть бути використані у наукових розробках для подальшого вивчення проблеми агресивної поведінки в умовах кризового соціального середовища.

Методологія дослідження. Для досягнення поставленої мети та реалізації завдань дослідження було використано комплекс взаємопов'язаних теоретичних, емпіричних і математико-статистичних методів. До теоретичних методів належать аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, систематизація та інтерпретація наукових джерел із проблеми агресії у підлітковому віці. Емпіричні методи представлені анкетуванням, психодіагностичним обстеженням та кількісним аналізом отриманих результатів. Для діагностики особливостей агресивної поведінки, рівня тривожності, стресостійкості та адаптації підлітків використано такі методики.

- 1) Опитувальник агресивності А. Басса та А. Дарки (адаптація О. Осницького)
- 2) Шкалу стресостійкості К. Коннора та Дж. Девідсона (CD-RISC-10)
- 3) Опитувальник соціально-психологічної адаптації К. Роджерса та Р. Даймонда
- 4) Шкалу тривожності Ч. Спілберга (STAI).

Структура роботи: кваліфікаційна робота складається зі вступу, двох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСІЇ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

1.1. Теоретичні підходи до розуміння агресії в підлітковому віці

Агресія у підлітковому віці є поширеним психологічним феноменом, що набуває особливої виразності саме в цей період становлення особистості. Вікові особливості підлітків, зокрема емоційна нестабільність, прагнення до самоствердження та підвищена чутливість до соціальних впливів, створюють умови для частішого прояву агресивної поведінки.

Причини виникнення агресії у підлітковому віці мають складний і багатофакторний характер. Вони охоплюють як внутрішні психологічні особливості особистості, так і зовнішні соціальні умови, у яких відбувається її становлення та розвиток. Важливим чинником у сучасних реаліях є воєнні події, що значно загострюють прояви агресивності, підсилюють внутрішню напругу та провокують деструктивні реакції. Саме тому дослідження агресії у підлітків у кризових умовах набуває особливої актуальності та потребує ґрунтовного теоретичного осмислення, адже воно дозволяє зрозуміти механізми формування агресивної поведінки та визначити шляхи її корекції.

Етимологічно термін «агресія» походить від латинського *aggressio*, що означає «напад». У психологічному дискурсі агресія трактується як інстинктивна форма поведінки, яка виникає під впливом сильних емоційних станів – страху, гніву чи люті – та реалізується у вигляді нападу або загрози нападу на іншу людину. Це явище має багатогранну природу, адже воно може проявлятися як у відносно незначних діях – образах, поштовхах чи словесних приниженнях, – так і у серйозних фізичних нападах або навіть актах відвертого насильства [19].

У науковій літературі агресія визначається як комплексне соціально-психологічне явище, що охоплює широкий спектр проявів – від легких вербальних чи фізичних дій до небезпечних форм насильства. Така багатоваріантність значно ускладнює процес її чіткого визначення та

класифікації, адже у повсякденному мовленні поняття «агресія» часто використовується у значеннях, які не відповідають науковим підходам [10, ст. 9].

У соціальній психології агресію визначають як поведінку, спрямовану на заподіяння шкоди іншій людині, яка прагне уникнути цього впливу. Саме таке визначення дозволяє чітко відмежувати агресію від інших форм активності, що можуть бути енергійними чи наполегливими, але не мають на меті завдати шкоди. Водночас сучасні дослідження акцентують увагу на тому, що агресивність не завжди виконує виключно деструктивну функцію: у певних випадках вона може виступати своєрідним захисним механізмом, що приховує потребу у підтримці та є реакцією на складні життєві обставини [10, ст. 9].

У сучасних наукових концепціях агресія найчастіше визначається як поведінка, спрямована на заподіяння шкоди іншій людині, яка прагне уникнути цього впливу. Таке трактування дозволяє чітко окреслити межі поняття та відмежувати його від інших форм активності, що можуть бути енергійними чи наполегливими, але не мають на меті завдати шкоди. Важливим є те, що агресія має низку ключових характеристик, які дають змогу відрізнити її від випадкових чи нейтральних дій:

1. **Наявність усвідомленого наміру.** Якщо шкода заподіюється ненавмисно, наприклад у результаті випадкового зіткнення в натовпі, така дія не може бути віднесена до агресивних, адже відсутній цілеспрямований намір завдати шкоди іншій особі. Це принципове уточнення, оскільки не всі дії, що спричиняють негативні наслідки, мають агресивну природу.
2. **Спрямованість на іншу людину.** Агресія завжди має соціальний адресат. Пошкодження предметів чи речей може набувати ознак агресивної поведінки лише тоді, коли воно здійснюється з метою психологічного травмування іншої особи, тобто спрямоване на викликання негативних переживань у конкретного індивіда.
3. **Бажання жертви уникнути шкоди.** Ця характеристика відмежовує агресію від явищ, де шкода не сприймається як небажана. Наприклад, у випадках мазохізму чи під час медичних маніпуляцій людина добровільно

погоджується на певний рівень болю чи дискомфорту, тому такі дії не можуть бути класифіковані як агресивні [10, ст. 9– 10].

У науковій літературі агресія часто пов'язується з емоційними станами (гнів, лють, ненависть), мотиваційними утвореннями (прагнення завдати шкоди) та когнітивними процесами (агресивні думки чи фантазії). Водночас у її основі завжди лежить конкретний поведінковий акт – реальний вчинок, що має наслідки для іншої людини. Саме тому агресія розглядається не лише як внутрішній психічний стан, а як зовнішня дія, яка може бути зафіксована й оцінена [19].

Підлітковий вік є одним із найважливіших періодів розвитку особистості, адже він поєднує як безпосередні, так і довгострокові наслідки для формування ставлень та поведінки. Якщо у дитинстві самоопис ґрунтувався переважно на фізичних рисах, то в підлітковому віці він зміщується у бік цінностей, переконань та поглядів. Це свідчить про якісну зміну у самосприйнятті та соціальній ідентичності [10, ст. 31].

Період підліткового віку має низку характерних ознак. Насамперед він виступає як етап переходу: підліток уже не є дитиною, але ще не досяг статусу дорослого. Така невизначеність часто породжує плутанину щодо соціальних ролей, водночас відкриваючи можливості для експериментування з різними моделями поведінки та ціннісними орієнтаціями.

Другою важливою рисою є інтенсивність змін, що охоплюють як фізичну, так і психологічну сферу. Швидкі трансформації у ставленнях та поведінці нерідко супроводжуються підвищеною емоційністю, нестабільністю самосприйняття та невпевненістю у власних здібностях.

Третім аспектом виступають зміни у тілі, інтересах та соціальних ролях, які створюють нові проблеми та потребують адаптації. Четвертим чинником є трансформація цінностей: те, що було значущим у дитинстві, поступово втрачає актуальність, натомість підлітки починають орієнтуватися на якість, а не кількість. П'ятим елементом є суперечливе ставлення до змін. Прагнучи незалежності, підлітки водночас відчувають страх перед відповідальністю, яку

вона передбачає, і сумніваються у власній здатності впоратися з новими обов'язками [10, ст. 32].

Підлітковий вік нерідко визначають як проблемний період, адже труднощі цього часу мають особливу гостроту. Діти звикли, що їхні проблеми вирішують батьки чи вчителі, тому часто не мають достатнього досвіду самостійного подолання життєвих викликів. Водночас прагнення до незалежності змушує їх відмовлятися від допомоги дорослих, що породжує розчарування та внутрішні конфлікти. У воєнних умовах ця тенденція посилюється: підлітки нерідко залишаються без належної підтримки через руйнування сімейних і соціальних зв'язків, що робить їх ще більш вразливими [10, ст. 10– 11].

Одним із ключових напрямів розвитку у цей час є пошук ідентичності. Підлітки прагнуть зрозуміти, ким вони є, яку роль мають виконувати у суспільстві, і часто експериментують із різними моделями поведінки та групами однолітків. Нестійкість самопочуття та труднощі у визначенні сексуальної чи гендерної ідентичності є типовими для раннього підліткового віку, але поступово стабілізуються у старшому. В умовах війни пошук ідентичності ускладнюється ще й тим, що молодь змушена адаптуватися до нових соціальних реалій, часто змінювати місце проживання та інтегруватися у нові колективи, що може провокувати додаткові кризи самовизначення [10, ст. 33].

Важливе місце у житті підлітків займають стосунки з ровесниками. Хоча сім'я залишається значущим чинником розвитку, саме друзі та соціальні групи стають головними носіями цінностей і моделей поведінки. Це робить підлітків більш чутливими до впливу однолітків і водночас вразливими до негативного соціального тиску. У воєнний час значення ровесників ще більше зростає, адже вони нерідко стають єдиним джерелом підтримки та взаєморозуміння, компенсуючи втрату стабільності у сімейному чи соціальному середовищі [10, ст. 33].

Наближення до дорослості також має свої особливості. Бажання виглядати «майже дорослими» іноді спонукає підлітків до поведінки, що асоціюється з дорослим статусом – куріння, вживання алкоголю чи наркотиків. Паралельно

вони активно перевіряють межі дозволеного, прагнучи самостійності, але все ще потребують правил і обмежень, які допомагають уникнути негативних наслідків. У кризових умовах війни такі експерименти можуть набувати більш ризикованих форм, адже відсутність контролю та підвищений рівень стресу створюють додаткові передумови для девіантної поведінки [10, ст. 34].

Усі вікові особливості підліткового періоду створюють сприятливий ґрунт для формування агресивних реакцій. Підвищена емоційність, невпевненість у власних силах, пошук ідентичності та значний вплив однолітків нерідко провокують як вербальні, так і фізичні прояви агресії. Бажання перевіряти межі незалежності та егоцентричне ставлення до навколишнього світу часто стають чинниками, що посилюють конфліктність і сприяють закріпленню агресивної поведінки. В умовах війни ці тенденції набувають особливої гостроти: психотравмуючі фактори, руйнування соціальних зв'язків та постійне відчуття небезпеки підсилюють агресивні реакції, перетворюючи їх із ситуативних проявів на стійкі диспозиції особистості. Саме тому аналіз причин агресії у підлітковому віці потребує врахування вікових особливостей як ключового контексту [10, ст. 10–11].

У підлітковому віці агресія має особливу виразність, адже поєднується з емоційною нестабільністю, прагненням до самоствердження та високою чутливістю до соціальних впливів. У науковій літературі виділяють кілька основних форм агресивних реакцій підлітків:

- 1) Фізична агресія – використання сили проти іншої особи. Наприклад, підліток може вдатися до фізичного нападу у конфліктній ситуації з другом чи однокласником. У воєнних умовах такі прояви можуть посилюватися через накопичений стрес та відчуття небезпеки.
- 2) Вербальна агресія – вираження негативних емоцій через крик, сварку, погрози чи образливу лексику. Це одна з найпоширеніших форм, яка часто використовується як спосіб самоствердження у групі ровесників.
- 3) Непряма агресія – дії, що реалізуються обхідним шляхом (поширення пліток, злі жарти) або проявляються у вигляді неадресованих вибухів люті (тупання

ногами, грюкання дверима). У кризових умовах війни непрямая агресія може стати способом зняття напруги, коли підліток не має можливості відкрито висловити свої емоції.

- 4) Негативізм – опозиційна поведінка, спрямована проти авторитету чи загальноприйнятих правил. Вона може варіюватися від пасивного опору (ігнорування вимог) до активної боротьби з дорослими чи соціальними нормами.
- 5) Схильність до роздратування – готовність до прояву запальності, різкості та грубості навіть за незначних подразників. У воєнний час підлітки стають особливо чутливими до дрібних стресових факторів, що підвищує ризик конфліктної поведінки [19].

Агресивна поведінка викликає стійке негативне ставлення суспільства і стає бар'єром між особистістю та її оточенням. Вона розглядається як соціально-педагогічна проблема, що потребує своєчасного попередження та корекції, особливо у молодіжному середовищі, де війна лише загострює ризики девіантних проявів.

Сучасний підліток формується в умовах складного й суперечливого соціального середовища. На це впливають кілька чинників: стрімкий темп техніко-технологічного розвитку, який висуває нові вимоги до особистості; надмірний інформаційний потік, що формує свідомість підлітка, котрий ще не має чітко визначеної життєвої позиції; екологічні та економічні кризи, які породжують відчуття безнадійності, тривоги та роздратування. Додатковим і надзвичайно потужним чинником є воєнні події, що значно підсилюють внутрішню напругу та провокують агресивні реакції, змінюючи саму структуру соціалізації молоді [19].

Підлітковий вік характеризується загостреною емоційністю, імпульсивністю та нестійкістю психічних процесів, що робить його особливо вразливим до проявів агресивності. Ситуація ускладнюється в умовах воєнного стану, коли підлітки зазнають потужного психотравмуючого впливу, стикаються з руйнівними наслідками бойових дій, вимушеною релокацією та розривом

звичних соціальних зв'язків. Це створює атмосферу невизначеності й нестабільності, яка підсилює ризик формування агресивних патернів поведінки [10, ст. 16].

У цей критичний період закладаються основи світогляду, ціннісних орієнтацій та поведінкових моделей. Агресивність, яка у звичайних умовах може мати демонстративний чи ситуативний характер, під впливом екстремальних умов війни здатна закріпитися як стійка диспозиція особистості [19]. Це справляє деструктивний вплив на процеси соціалізації, засвоєння просоціальних норм та формування конструктивних стратегій міжособистісної взаємодії. Агресивність у підлітковому віці може проявлятися з різною інтенсивністю: від майже повної відсутності, що зумовлює надмірну конформність і пасивність, до гіпертрофованого розвитку, який детермінує конфліктність, імпульсивність та нездатність до співробітництва [10, ст. 11].

Ключовим джерелом агресії виступає тривожність, яка формується ще в ранньому дитинстві як наслідок емоційної депривації. Вона провокує захисну поведінку, знижує рівень самооцінки та розширює спектр ситуацій, що сприймаються як загрозові. У цьому контексті агресивність постає як емоційна складова особистості, що проявляється у спалахах гніву, криках чи сварках. Її детермінантами є:

- емоційні чинники – фрустрація, підвищена тривожність, почуття меншовартості;
- когнітивні чинники – інтерпретація соціальних факторів як загрози для «Я» та самореалізації;
- поведінкові чинники – готовність до агресивного реагування на рівні рефлексів [1, ст. 6,25, 44-45].

Окремої уваги заслуговує феномен аутоагресії, коли агресія спрямовується на самого себе. Це явище набуває форм саморуйнівної поведінки, що є особливо небезпечним у воєнних умовах, адже поєднання зовнішнього стресу та внутрішньої напруги може призвести до тяжких психологічних наслідків.

Отже, агресія у підлітковому віці постає як складне й багатогранне явище, що охоплює широкий спектр емоційних, когнітивних та поведінкових компонентів. Вона проявляється у різних формах – від вербальних і фізичних дій до непрямих реакцій та аутоагресії – і має як ситуативний, так і особистісний вимір. Особливості підліткового віку, зокрема емоційна нестабільність, імпульсивність, пошук ідентичності та вплив однолітків, створюють сприятливий ґрунт для виникнення агресивних проявів. У сучасних умовах воєнного часу ці тенденції значно загострюються: психотравмуючі фактори, руйнування соціальних зв'язків та підвищена тривожність можуть перетворювати агресивність із ситуативної реакції на стійку диспозицію особистості. Таким чином, агресія у підлітковому віці є не лише індивідуально-психологічною проблемою, а й соціально-педагогічним викликом, що потребує комплексного аналізу причин її виникнення.

1.2. Показники, фактори та причини агресії у підлітків

У суспільній свідомості досить часто існує стереотипне уявлення про підлітковий вік як про «проблемний» період, що майже автоматично асоціюється з агресивними проявами. Поширеним є міф, ніби підліток – це істота, яка неминуче конфліктує з батьками, вчителями чи найближчим оточенням. Проте мало хто замислюється над тим, з яких причин виникає така поведінка і чому саме цей віковий етап нерідко супроводжується підвищеною агресивністю.

У психології агресія розглядається як один із найпоширеніших напрямів дослідження, адже вона є специфічною реакцією, що особливо виразно проявляється саме у підлітковому віці. Важливо враховувати, що сучасні соціальні умови значно посилюють ці тенденції: зростання впливу соціальних мереж, інформаційне перевантаження, а також складні життєві обставини, зокрема воєнні події, сприяють підвищенню рівня агресивних реакцій серед молоді [5, ст. 2]. Отже, аналіз показників, факторів та причин агресії у підлітків є необхідним, для розуміння її природи та пошуку ефективних шляхів корекції.

Агресивна поведінка підлітків як соціально-психологічне явище вже тривалий час перебуває у центрі наукової уваги. Дослідники розглядали цю проблему крізь призму різних теоретичних підходів, намагаючись пояснити її походження, механізми формування та можливості корекції.

У класичних концепціях агресії, зокрема у працях З. Фрейда, вона інтерпретувалася як природжений інстинкт, невід'ємна складова людської природи, що потребує реалізації у вигляді поведінкових актів. Подібної позиції дотримувався К. Лоренц, який у межах біологічного підходу трактував агресію як механізм виживання, необхідний для підтримання соціального порядку та ієрархії.

Представники фрустраційно-агресивної теорії, серед яких Д. Доллард та Н. Міллер, пояснювали агресію як реакцію на перешкоди у досягненні цілей. Вони наголошували, що інтенсивність агресивних проявів прямо залежить від частоти фрустраційних ситуацій. Це положення особливо актуальне у сучасних підліткових реаліях, де рівень агресії значною мірою визначається соціально-економічними умовами, стилем виховання та міжособистісними конфліктами.

Вагомий внесок у розвиток соціально-когнітивного підходу зробив А. Бандура. Він довів, що агресія не є вродженою рисою, а формується через соціальне навчання та наслідування моделей поведінки, зокрема батьківських. Саме тому особливу увагу приділено ролі сімейного середовища у становленні агресивних реакцій.

Українська дослідниця О. Безпалько здійснила детальний аналіз соціально-психологічних механізмів формування агресії у дітей та підлітків. Вона підкреслювала значення стилю виховання та рівня емоційної підтримки з боку батьків, наголошуючи на тому, що сімейний клімат є визначальним чинником у розвитку особистості. Виховання в умовах конфліктів та нестабільності, за її висновками, може провокувати агресивні реакції у підлітків [2, ст. 26-27].

Після розгляду основних теоретичних підходів до пояснення природи агресії важливо перейти до аналізу її конкретних показників у підлітковому віці. Дослідники класифікують агресивну поведінку за різними шкалами та критеріями, що дозволяє більш точно визначати її прояви. У першу чергу варто виділити форми зовнішнього вияву, які найбільш часто зустрічаються у підлітків: фізична агресія (напад, застосування сили), вербальна агресія (крик, погрози, образливі висловлювання), непрямая агресія (плітки, злі жарти, демонстративні дії) та негативізм (опозиційна поведінка, спрямована проти правил чи авторитету дорослих) [16, ст. 140]. У підлітковому віці ці форми можуть мати як ситуативний, так і більш стійкий характер, виступаючи своєрідним «захисним механізмом» у відповідь на зовнішні негативні впливи. В умовах соціальної нестабільності та воєнних подій інтенсивність агресивних проявів значно зростає, варіюючи від словесної неприязні до відкритого фізичного протистояння [7, ст. 25].

Важливим показником агресивної поведінки є її афективний компонент, який проявляється через дратівливість, емоційну нестабільність, раптові спалахи гніву та труднощі у контролі власних емоційних реакцій. У підлітковому віці ці прояви нерідко стають відповіддю на зовнішні та внутрішні подразники, виконуючи функцію своєрідного самозахисту [16, ст. 142]. Особливо виразно вони спостерігаються у дітей із неблагополучних сімей, де агресивність має стійкий характер і в умовах соціальної нестабільності чи воєнної кризи лише посилюється. Батьки та педагоги часто відзначають підвищену жорстокість і надмірну агресивність таких підлітків, що свідчить про глибший психологічний дисбаланс.

Додатковим чинником, який суттєво впливає на формування агресивних реакцій, є інформаційне середовище. У період війни та терористичних загроз засоби масової інформації нерідко транслують сцени насильства й жорстокості, що негативно позначається на психіці підлітків. Часте споживання такого контенту робить їх більш неврівноваженими, схильними до імпульсивних реакцій та агресивної поведінки. Як зазначає О. Є. Мойсеева, агресивність у

підлітковому віці формується під впливом складної взаємодії біологічних, психологічних та соціальних детермінант, а її внутрішній зміст полягає у прагненні до самозахисту й самоствердження [15].

Щоб дослідити глибше виникнення агресії у підлітковому віці, необхідно враховувати гендерний аспект, адже саме він визначає специфіку проявів та інтенсивність агресивних реакцій. Тривалий час у науковій літературі існував стереотип, що хлопці є більш агресивними за дівчат, проте сучасні дослідження показують, що відмінності не настільки значні, як вважалося раніше. Хлопці частіше демонструють пряму фізичну та вербальну агресію, тоді як дівчата схильні до непрямой агресії, дратівливості та негативізму. Це свідчить про різні форми вираження агресивності, які залежать від статі, але не завжди відрізняються за загальним рівнем інтенсивності.

У підлітковому віці гендерні особливості агресії проявляються ще виразніше. Дівчата нерідко переймають маскуліні риси, що може підвищувати їхню агресивність і спричиняти нові, раніше невластиві реакції – образливі висловлювання, спалахи гніву чи агресивну відповідь на критику. Хлопці ж демонструють більш відкриту та менш контрольовану агресію, переважно фізичну. Водночас дослідження показують, що юнаки частіше схильні до проактивної агресії, яка використовується як інструмент досягнення цілей, тоді як дівчата – до реактивної, імпульсивної та емоційно забарвленої. Звідси випливає, що гендерний аспект дозволяє глибше зрозуміти причини виникнення агресії та її різні форми у підлітковому віці, що є важливим для розробки ефективних програм профілактики та корекції [9, ст. 18-19].

Важливу роль у формуванні агресивної поведінки відіграють внутрішні психологічні та особистісні чинники. Одним із ключових є самооцінка, яка визначає характер реагування підлітка на зовнішні подразники та соціальні виклики. Завищена самооцінка, особливо у поєднанні з низькою оцінкою з боку оточення, часто корелює з вербальною агресією та негативізмом, що стають способом самоствердження. Водночас надто низька самооцінка може провокувати агресивні реакції як захисний механізм, пов'язаний із відчуттям

неповноцінності. У підсумку крайні форми самооцінки – як завищені, так і занижені – створюють підґрунтя для підвищеної конфліктності та агресивності у підлітковому віці [21, ст. 28-30].

Дослідження Н. Б. Трофімової та А. О. Реана підтверджують, що більш агресивні підлітки частіше мають екстремальну самооцінку – або дуже високу, або дуже низьку. Для неагресивних підлітків більш типовою є узагальнена, врівноважена самооцінка, яка забезпечує стабільність поведінки та знижує ризик агресивних проявів. Водночас високий рівень автономії, незалежності та лідерських здібностей у поєднанні з високим інтелектом може підсилювати ймовірність вербальної агресії, оскільки підліток прагне підтвердити власну перевагу над іншими [21, ст. 29].

Ще одним важливим чинником агресивної поведінки у підлітковому віці є рівень розвитку емоційного інтелекту (ЕІ). Низький ЕІ пов'язаний із труднощами в усвідомленні та контролі власних емоцій, що призводить до домінування негативних переживань – страху, гніву, почуття провини – та слабого самоконтролю. Наукові дослідження виокремлюють три рівні розвитку емоційного інтелекту в підлітків: високий, що характеризується глибоким розумінням емоцій та ефективним управлінням ними; середній, який забезпечує достатню здатність до саморегуляції та позитивне ставлення до себе й оточення; та низький, що асоціюється з емоційною нестабільністю, імпульсивністю та труднощами у міжособистісній взаємодії. Розвиток емоційного інтелекту передбачає не лише здатність усвідомлювати власні емоції та емоційний стан інших, але й уміння ефективно керувати ними, будувати гармонійні стосунки та конструктивно взаємодіяти з соціальним середовищем. Саме тому підтримка з боку батьків, педагогів і психологів є ключовою умовою формування високого рівня ЕІ, що, у свою чергу, сприяє зниженню агресивних проявів та підвищенню адаптивності підлітків [25, ст. 106].

Серед зовнішніх чинників, що зумовлюють агресивну поведінку підлітків, першорядне значення має сімейне середовище, яке формує соціально-психологічний клімат розвитку особистості. Авторитарний стиль

виховання, жорсткі покарання, відсутність емоційної підтримки або постійні конфлікти між батьками створюють модель агресивної взаємодії, яку дитина нерідко копіює у власній поведінці. Недостатня увага до емоційних потреб підлітка, надмірна суворість чи, навпаки, надмірна ліберальність виховних підходів сприяють формуванню деструктивних форм комунікації. Дослідження засвідчують, що суворі тілесні покарання, застосовані у дитячому віці, мають довготривалі наслідки й можуть підвищувати рівень агресивності навіть у дорослому житті [2, ст. 25] Водночас значний вплив на психіку та поведінку підлітків справляє інформаційне середовище: регулярне споживання телепередач чи новин із елементами жорстокості та насильства формує у них неврівноваженість, імпульсивність та схильність до агресивних реакцій. У сучасних умовах війни та терористичних загроз трансляція сцен насильства з екранів медіа призводить до того, що підлітки починають сприймати агресію як нормальне явище повсякденності, що значно ускладнює процес їхньої соціалізації та підвищує ризик девіантної поведінки [7 ст. 142]

Підсумовуючи вище сказане, можна зазначити, що агресивна поведінка у підлітковому віці є складним і багатогранним явищем, яке формується під впливом внутрішніх психологічних чинників та зовнішніх соціальних умов. Вона проявляється у різних формах – від фізичної та вербальної до непрямой й афективної – і посилюється за наявності екстремальної самооцінки, низького рівня емоційного інтелекту, несприятливого сімейного клімату чи інформаційного середовища, що транслює сцени насильства. Важливим є також гендерний аспект, який визначає специфіку проявів агресії серед хлопців та дівчат. Сукупність цих факторів вказує на необхідність комплексного підходу до профілактики та корекції агресивності, що має враховувати як індивідуально-психологічні особливості, так і соціально-психологічні умови розвитку підлітка.

1.3. Булінг у підлітковому середовищі: особливості та чинники як прояв агресії

Для глибшого розкриття проблеми агресивної поведінки у підлітковому віці доцільно розглянути один із найбільш поширених її проявів – булінг. Це явище є ключовим маркером соціальної взаємодії у шкільному середовищі, адже воно визначає позицію дитини в структурі міжособистісних відносин та впливає на її психологічний розвиток. Булінг виступає своєрідною формою агресії, яка реалізується через систематичне приниження, психологічний чи фізичний тиск на однолітків. Важливо виокремити причини, що зумовлюють виникнення цього феномену, адже саме агресія є тим базовим фактором, який лежить в основі його формування. Вона може проявлятися як реакція на внутрішні психологічні труднощі підлітка, так і як наслідок несприятливих соціальних умов, що створюють ґрунт для розвитку деструктивних моделей поведінки.

Булінг доцільно визначати як різновид морального чи фізичного насильства, тобто агресивну поведінку у різних формах, спрямовану на викликання у людини страху, тривоги, відчуття незахищеності та підпорядкування її інтересам агресора. На відміну від одноразового конфлікту, булінг має систематичний характер і передбачає повторюваний тиск на жертву, що формує стійку атмосферу психологічного переслідування [13].

Серед ключових причин поширення булінгу у підлітковому середовищі виокремлюють прагнення самоствердитися будь-якими способами, боротьбу за владу та авторитет у мікрогрупах, бажання привернути увагу до себе, а також наслідування негативних моделей поведінки дорослих. Такі моделі підлітки часто спостерігають у найближчому соціальному оточенні, засобах масової інформації чи соціальних мережах, що підсилює їхню схильність до агресивних дій. Основними формами прояву булінгу є:

- a. вербальні дії – образи, глузування, натяки, погрози;
- b. фізичне насильство – удари, поштовхи, псування особистих речей чи інші протиправні втручання;

с. соціальний тиск – бойкот, ігнорування, ізоляція або виключення з групи [13]

Особливого поширення булінг набуває у шкільному середовищі, де підлітки щодня перебувають у тісній взаємодії та змушені вибудовувати власний статус у групі. Саме тут агресія часто сприймається як «нормальний» елемент соціалізації, особливо серед хлопців, де вона ототожнюється з демонстрацією сили та «мужності». Популярність булінгу підтримується низкою чинників: сімейними стереотипами, які легітимізують агресію («не ний», «дай здачі»), груповим тиском однолітків, що підкріплює «альфа-модель» поведінки, а також культурними очікуваннями, які закріплюють токсичну маскуліність як норму [20].

Для хлопців більшою мірою характерні прояви міжгендерного насильства, тобто агресивні дії, спрямовані проти дівчат. Дівчата ж, навпаки, частіше демонструють агресивну поведінку всередині власної гендерної групи, зокрема щодо однокласниць. Такі відмінності пояснюються тим, що у дівочому середовищі відкрита агресія зазвичай не сприяє зростанню авторитету чи популярності, тоді як серед хлопців вона нерідко розглядається як засіб утвердження значущості та підвищення соціального статусу [12, ст. 185].

Крім офлайн середовища, значну роль відіграє онлайн-простір, де кібербулінг поширюється через ігрові середовища та групові чати, дозволяючи агресорам принижувати інших без фізичного контакту. Таким способом, булінг стає популярним не лише через індивідуальні риси агресорів, а й завдяки соціальним і культурним механізмам, які закріплюють агресію як прийнятний спосіб самоствердження серед підлітків.

Багато дослідників розглядають булінг насамперед як специфічну форму агресії, що може проявлятися як відкрито, так і приховано. Американські науковці І. Ріверс та П. Сміт виокремлюють три основні типи агресивних дій, характерних для ситуацій булінгу: пряму фізичну агресію, яка передбачає безпосередній фізичний контакт між учасниками; пряму вербальну агресію, що реалізується через погрози, образливі висловлювання чи приниження; та непряму вербальну агресію, яка проявляється у поширенні пліток, неправдивої

інформації чи соціальній ізоляції жертви. Така класифікація дозволяє більш чітко зрозуміти механізми булінгу та підкреслює його тісний зв'язок із агресивною поведінкою підлітків [12, ст. 184].

Представник поведінкової психології А. Бандура наголошував, що булінгу можна навчитися – як стати агресором, так і жертвою. Він підкреслював, що діти переймають моделі жорстокої поведінки або поведінки жертви, спостерігаючи їх у сім'ї чи через медіа, і саме це сприяє поширенню явища. І. С. Кон акцентував на ролі соціальної позиції дитини в групі: учні схильні зневажати та віктимізувати тих однолітків, які залишаються осторонь колективу та не сприяють досягненню спільних цілей, а булер у такому випадку виступає виконавцем групової волі. Л. Кішлі визначає основною характеристикою булінгу емоційне приниження та образу почуттів, що призводить до виключення дитини з групи. Отже, булінг можна розглядати як специфічну форму агресивної поведінки, спрямовану на систематичне приниження та соціальну ізоляцію жертви [12, ст. 184].

Історично агресію здебільшого трактували як прояв ворожості, спрямований на нанесення шкоди іншій людині. Проте сучасні дослідження значно розширили це поняття, наголошуючи на її потенційних адаптивних функціях, зокрема самозахисті та подоланні фрустрації. Фрустрація, як особливий психологічний стан, виникає у ситуаціях блокування потреб чи неможливості досягнення поставлених цілей. Вона супроводжується комплексом негативних емоцій – розчаруванням, гнівом, тривогою та відчуттям безнадії, що посилюються песимістичним світосприйняттям. У таких умовах особистість стає схильною до хронічного стресу, який зумовлений очікуванням невдачі та відчуттям втрати контролю над обставинами. Саме ці внутрішні переживання нерідко стають підґрунтям для агресивних реакцій, що у підлітковому віці можуть трансформуватися у булінг як форму соціальної взаємодії, спрямовану на компенсацію власних психологічних труднощів через приниження інших [4, ст. 6].

В умовах війни проблема булінгу в українських школах значно ускладнилася, оскільки до вже наявних причин додалися нові соціальні та

психологічні виклики. Після початку повномасштабного вторгнення прояви цькування стали більш поширеними, а їхні причини часто пов'язані з відмінностями у зовнішності, поведінці чи світогляді підлітків. Найчастіше булінг проявляється у формі маніпуляцій стосунками, поширення пліток, онлайн-образ та принижень, що створює атмосферу психологічного тиску й соціальної ізоляції. Проблема ускладнюється тим, що підлітки нерідко приховують факти цькування, а педагоги й батьки дізнаються про нього лише тоді, коли дитина починає уникати відвідування школи або виникають відкриті конфлікти з однолітками [3].

З огляду на викладене, булінг у підлітковому середовищі слід розглядати як одну з найбільш небезпечних форм агресії, що поєднує внутрішні психологічні та зовнішні соціально-культурні чинники. Він виникає як наслідок фрустрації, низької толерантності до стресу чи дефіциту емоційної регуляції, а також під впливом сімейних стереотипів, групових очікувань та інформаційного середовища. Булінг проявляється у фізичній, вербальній та непрямій формах, а в умовах війни та соціальної нестабільності набуває нових масштабів, зокрема через кіберпростір. Його поширеність пояснюється тим, що агресія часто нормалізується як спосіб самоствердження та здобуття статусу серед однолітків. У підсумку булінг постає як комплексне явище, що потребує системної профілактики та корекції, спрямованої на формування здорових моделей взаємодії та зниження рівня агресивності у підлітковому віці.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 1

У першому розділі було здійснено ґрунтовний аналіз теоретичних засад дослідження агресії у підлітковому віці, що дозволило окреслити її багатогранну природу та визначити ключові чинники формування. Агресія розглядається не лише як індивідуально-психологічна реакція, але й як соціально-педагогічна проблема, яка має значний вплив на процеси розвитку та соціалізації молоді.

Передусім було встановлено, що у психологічній літературі агресія трактується як свідома поведінка, спрямована на заподіяння шкоди іншій

людині. Вона може проявлятися у різних формах – від фізичних і вербальних дій до непрямих реакцій та аутоагресії. Водночас агресивність не завжди виконує виключно деструктивну функцію: у певних випадках вона може виступати як захисний механізм, що приховує потребу у підтримці та є реакцією на складні життєві обставини. Це дає підстави стверджувати, що агресія має як негативний, так і потенційно адаптивний вимір.

Далі було показано, що підлітковий вік є критичним періодом розвитку особистості, який характеризується емоційною нестабільністю, імпульсивністю, пошуком ідентичності та прагненням до самоствердження. Саме ці вікові особливості створюють ґрунт для виникнення агресивних проявів. Підлітки перебувають у стані переходу від дитинства до дорослості, що супроводжується невизначеністю соціальних ролей, суперечливим ставленням до змін та підвищеною чутливістю до впливу ровесників. Звідси випливає, що конфліктність і агресивність у цей період можуть закріплюватися як стійкі диспозиції особистості.

У розділі було розглянуто основні форми агресивних реакцій підлітків: фізичну, вербальну, непрямую агресію, негативізм та схильність до роздратування. Кожна з цих форм має свої особливості прояву та може виконувати різні функції – від демонстрації сили й самоствердження до способу зняття внутрішньої напруги. В умовах війни ці прояви набувають особливої гостроти, адже психотравмуючі фактори, руйнування соціальних зв'язків та постійне відчуття небезпеки підсилюють агресивні реакції, перетворюючи їх із ситуативних проявів на стійкі поведінкові патерни. Отже, агресія у підлітковому віці має як індивідуальний, так і соціальний вимір.

Особливу увагу було приділено багатофакторності причин агресії. Її джерелами виступають як внутрішні психологічні чинники (тривожність, фрустрація, низька або завищена самооцінка, дефіцит емоційної регуляції), так і зовнішні соціальні умови (сімейний клімат, стиль виховання, інформаційне середовище, груповий тиск ровесників). Відповідно, агресія формується у

складній взаємодії індивідуальних і соціальних детермінант, що робить її явище надзвичайно складним для профілактики та корекції.

Окремо було розглянуто феномен аутоагресії, який проявляється у саморуйнівній поведінці та є особливо небезпечним у кризових умовах. Поєднання зовнішнього стресу та внутрішньої напруги може призводити до тяжких психологічних наслідків, що потребує особливої уваги з боку педагогів і психологів. У підсумку можна зазначити, що аутоагресія є крайнім проявом внутрішнього конфлікту, який виникає у підлітковому віці.

З огляду на викладене, агресія у підлітковому віці постає як складне й багатогранне явище, що охоплює широкий спектр емоційних, когнітивних та поведінкових компонентів. Вона формується під впливом поєднання індивідуально-психологічних особливостей та соціально-культурних умов, а її прояви варіюють від ситуативних реакцій до стійких диспозицій особистості. Це дає змогу зробити висновок, що агресія є не лише індивідуальною проблемою окремої особистості, а й соціальним викликом, який потребує системного дослідження та практичних заходів для зниження її рівня у молодіжному середовищі.

У результаті проведеного аналізу можна стверджувати, що агресія у підлітковому віці має комплексний характер і потребує міждисциплінарного підходу до її вивчення. Вона є продуктом взаємодії психологічних, соціальних та культурних чинників, а її прояви значною мірою залежать від умов виховання, рівня емоційної підтримки та соціального середовища. Відповідно, профілактика та корекція агресивної поведінки мають ґрунтуватися на врахуванні як індивідуальних особливостей підлітка, так і соціально-педагогічних умов його розвитку.

РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ У ПІДЛІТКІВ

2.1. Характеристика вибірки та методик дослідження

В умовах війни дослідження агресивності серед підлітків набуває особливої значущості, адже кризові фактори суттєво впливають на емоційний стан молоді та можуть провокувати зростання агресивних проявів. Саме тому метою даного емпіричного дослідження стало вивчення особливостей агресивної поведінки у підлітковому віці та аналіз того, як соціально-психологічні умови, зокрема воєнний контекст, позначаються на формуванні цього феномену.

Форма дослідження була реалізована у вигляді анонімного онлайн-опитування, що забезпечило респондентам можливість вільно відповідати на запитання без страху розкриття особистих даних. Такий формат сприяв більшій щирості відповідей та зниженню ризику соціально бажаних реакцій, що підвищує достовірність отриманих результатів.

Загальна вибірка становила 50 осіб, серед яких 26 дівчат та 24 хлопці. Віковий діапазон охоплював від 10 до 19 років, що дозволило простежити прояви агресивності на різних етапах розвитку: ранній підлітковий вік (10–12 років), середній (13–16 років) та пізній (17–19 років), який частково перетинається з ранньою юністю. Найбільшу частку вибірки становили респонденти віком 17–19 років (29 осіб), що дало можливість детальніше дослідити особливості агресії у пізньому підлітковому періоді. Водночас 20 учасників були у віці 13–17 років, а лише один респондент належав до групи 10–12 років. Такий розподіл свідчить про меншу зацікавленість молодших школярів у тривалих опитуваннях та більшу готовність старших підлітків брати участь у дослідженнях.

Важливість проведеного дослідження полягає у можливості простежити, як агресія проявляється у різні вікові періоди підліткового розвитку, а також у тому, що отримані результати можуть стати основою для глибшого розуміння впливу війни на психологічний стан молоді. Це дозволяє не лише окреслити специфіку агресивної поведінки у кризових умовах, але й закласти підґрунтя для

розробки програм психологічної підтримки та профілактики булінгу серед підлітків.

Для збору емпіричних даних було застосовано комплекс стандартизованих психодіагностичних інструментів, що дозволяють дослідити різні аспекти агресивності та супутніх психологічних чинників:

1. Опитувальник агресивності Басса– Дарки
2. Адаптаційний опитувальник Роджерса– Даймонда
3. Шкала стійкості Коннора– Девідсона (CD-RISC-10)
4. Шкала тривожності Арона Бека

Для дослідження особливостей агресивності у підлітковому віці було використано опитувальник Басса– Даркі, який є однією з найбільш поширених психодіагностичних методик для вивчення агресивних та ворожих реакцій особистості. Методика дозволяє не лише визначити загальний рівень агресивності, але й проаналізувати специфіку її проявів, виявити домінуючі форми агресивної поведінки та особливості емоційного реагування підлітків. Актуальність використання даного опитувальника в сучасних умовах зумовлена тим, що воєнні події, постійна психоемоційна напруга, відчуття небезпеки та нестабільності можуть суттєво впливати на емоційний стан молоді, провокуючи посилення агресивних реакцій як способу психологічного захисту чи реагування на стрес [18]. Методика Басса– Даркі спрямована на дослідження таких основних компонентів агресивності:

1. Фізична агресія – схильність до використання фізичної сили щодо інших людей. У підлітковому віці вона може проявлятися у бійках, поштовхах, нанесенні ударів, псуванні речей або інших формах фізичного впливу. Підвищений рівень напруги та емоційного виснаження в умовах війни здатний посилювати прояви фізичної агресії, особливо у ситуаціях фрустрації чи конфлікту.
2. Непряма агресія – опосередковані форми агресивної поведінки, які не мають прямого характеру. Вона може проявлятися через образливі жарти, плітки, ігнорування, псування предметів або емоційне перенесення негативних

- переживань на близьке оточення. Для підлітків така форма агресії часто є способом вираження внутрішнього напруження без відкритого конфлікту.
3. Роздратування – готовність до швидкого виникнення негативних емоцій, що проявляються у запальності, грубості, імпульсивності та різких емоційних реакціях. У підлітковому віці роздратування нерідко виникає внаслідок емоційної нестабільності та високої чутливості до зовнішніх подразників. В умовах постійного стресу цей показник може суттєво зростати.
 4. Негативізм – опозиційна форма поведінки, що проявляється у прагненні чинити опір встановленим правилам, вимогам чи соціальним нормам. У поведінці підлітків негативізм може виражатися у протестних реакціях, демонстративній непокорі або відмові виконувати вимоги дорослих. Подібні прояви часто посилюються в умовах переживання безсилля та втрати відчуття стабільності.
 5. Образа – схильність переживати почуття несправедливості, заздрості, внутрішнього невдоволення та ворожості щодо оточення. У підлітковому віці образа може виникати через труднощі у міжособистісних взаєминах, конфлікти чи емоційне неприйняття з боку значущих людей. В умовах війни переживання втрат і нестабільності можуть посилювати цей компонент агресивності.
 6. Підозрілість – недовіра до інших людей та очікування негативного або ворожого ставлення з їхнього боку. У поведінці підлітків підозрілість може проявлятися у замкненості, труднощах у встановленні контактів, униканні спілкування або підвищеній конфліктності. Відчуття небезпеки та непередбачуваності соціального середовища сприяє посиленню недовіри до оточення.
 7. Вербальна агресія – вираження негативних емоцій через крик, сварки, образливі висловлювання, погрози чи словесні конфлікти. Для підлітків така форма агресії є одним із найпоширеніших способів емоційного реагування та розрядки внутрішнього напруження.

8. Почуття провини – схильність до самозвинувачення, переживання докорів сумління та негативного ставлення до себе. У підлітковому віці почуття провини часто супроводжується внутрішніми переживаннями, невпевненістю та підвищеною самокритичністю. У складних життєвих умовах воно може посилюватися через переживання втрат, страх за близьких або неможливість вплинути на ситуацію [18].

Використання опитувальника Басса– Даркі у дослідженні підлітків є важливим у сучасних умовах, оскільки підвищений рівень тривожності, емоційна напруга та нестабільність можуть провокувати різні форми агресивних реакцій. Методика дозволяє комплексно оцінити структуру агресивності, визначити інтенсивність окремих її компонентів та глибше проаналізувати психологічний стан підлітків. Це створює основу для подальшого дослідження взаємозв'язку агресивності з іншими психологічними характеристиками особистості [18].

У межах дослідження особливостей агресивності підлітків було використано методику соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, спрямовану на визначення рівня адаптованості особистості до умов соціального середовища. Застосування даної методики дало можливість дослідити, наскільки підлітки здатні пристосовуватися до змін життєвих обставин, ефективно взаємодіяти з оточенням та зберігати психологічну рівновагу в умовах емоційної напруги й нестабільності.

Методика ґрунтується на уявленні про те, що соціально-психологічна адаптація є безперервним процесом взаємодії особистості із соціальним середовищем. Людина постійно стикається зі змінами зовнішніх умов, тому важливим показником адаптованості виступає здатність до гнучкого реагування, формування нових моделей поведінки, розвитку навичок та вмінь, необхідних для ефективного функціонування в нових обставинах. Адаптована особистість здатна змінюватися відповідно до вимог середовища, підтримувати внутрішню стабільність та зберігати можливість особистісного розвитку навіть у складних життєвих ситуаціях [8].

Водночас методика дозволяє виявити прояви дезадаптації, які характеризуються труднощами у пристосуванні до змін, недостатньою психологічною гнучкістю та зниженням ефективності соціальної взаємодії. У такому випадку людина продовжує використовувати звичні форми поведінки навіть тоді, коли вони вже не відповідають новим умовам життя, що може спричиняти внутрішній дискомфорт, конфліктність та труднощі у взаємодії з оточенням.

Методика К. Роджерса і Р. Даймонда містить низку шкал, які дозволяють комплексно оцінити особливості соціально-психологічного функціонування особистості. У межах даного дослідження особливу увагу було приділено шкалам адаптивності та дезадаптивності, оскільки саме вони дають можливість визначити характер пристосування підлітків до умов соціального середовища та особливості їхнього реагування на стресові ситуації [8].

Шкала адаптивності відображає рівень психологічної гнучкості особистості, здатність до ефективного пристосування, емоційної саморегуляції та конструктивної взаємодії з іншими людьми. Високі показники адаптивності свідчать про здатність підлітка адекватно реагувати на труднощі, приймати зміни, підтримувати соціальні контакти та використовувати конструктивні способи подолання напруження. У контексті даного дослідження це може вказувати на те, що агресивні прояви мають ситуативний характер і не є ознакою глибоких порушень емоційної адаптації.

Шкала дезадаптивності, навпаки, характеризує труднощі у процесі пристосування до соціального середовища, внутрішню напругу, емоційну нестійкість та труднощі у взаємодії з оточенням. Високі показники дезадаптивності можуть свідчити про схильність до конфліктності, переживання внутрішнього дискомфорту, труднощі в контролі емоцій та використання неефективних способів реагування на стрес. У підлітковому віці це може проявлятися у протестній поведінці, замкненості, підвищеній агресивності або труднощах у встановленні міжособистісних контактів. Таким чином, використання методики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р.

Даймонда дозволяє глибше проаналізувати адаптаційні можливості підлітків, особливості їхнього емоційного реагування та визначити, наскільки агресивність пов'язана з труднощами соціально-психологічної адаптації в умовах підвищеного стресу та нестабільності [8].

Шкала психологічної стійкості Коннора– Девідсона (CD-RISC) є психодіагностичним інструментом, що використовується для оцінки рівня життєстійкості особистості, тобто її здатності відновлювати внутрішню рівновагу після переживання стресових, кризових чи травматичних ситуацій. Методика ґрунтується на розумінні життєстійкості як внутрішнього ресурсу, який забезпечує ефективне функціонування людини навіть у складних психологічних умовах.

У структурі шкали виокремлюють кілька ключових складових: здатність адаптуватися до змін, уміння долати стресові ситуації та невдачі, збереження концентрації уваги й ясності мислення, а також контроль над негативними емоційними станами – гнівом, смутком чи болем. Кожен із цих компонентів відображає різні аспекти життєстійкості та дозволяє комплексно оцінити психологічні ресурси особистості [24].

Застосування CD-RISC у дослідженні підлітків є надзвичайно важливим у сучасних умовах війни, коли рівень тривожності та емоційної напруги значно зростає. Саме ця методика дає змогу визначити, наскільки підлітки здатні зберігати внутрішню стійкість, адаптуватися до змін та долати кризові фактори. Використання шкали дозволяє простежити взаємозв'язок між агресивністю та життєстійкістю, що створює основу для подальшого аналізу соціально-психологічної адаптації, яка оцінюється за допомогою наступної методики [24].

Для оцінки рівня тривожності як важливого чинника, що може провокувати агресивні прояви у підлітковому віці, було використано State-Trait Anxiety Inventory (STAI), розроблений Чарльзом Спілбергом. Цей інструмент дозволяє комплексно досліджувати як тимчасові емоційні реакції на стресові

ситуації, так і відносно стабільні індивідуальні характеристики, що визначають схильність до тривожності [23].

Перша підшкала – ситуативна тривожність – оцінює актуальний психоемоційний стан респондента, його переживання страху, напруження, нервозності та неспокою у конкретний момент часу. Для підлітків цей показник є особливо важливим, адже він відображає реакцію на навчальні, соціальні та міжособистісні виклики, які в умовах війни набувають більшої інтенсивності. Саме ситуативна тривожність може виступати тригером агресивних реакцій «тут і зараз», коли підлітки стикаються з емоційним перевантаженням.

Друга підшкала – особистісна тривожність – вимірює відносно стійкі характеристики особистості, що визначають схильність підлітка сприймати широкий спектр ситуацій як загрозові. Високі показники свідчать про тенденцію до частих тривожних реакцій, що може бути пов'язано з підвищеною конфліктністю, емоційними зривами та навіть психосоматичними проявами. У підлітковому віці особистісна тривожність часто поєднується з агресивністю як способом захисту від внутрішнього напруження.

Використання STAI у дослідженні агресії серед підлітків у воєнний період є надзвичайно важливим, адже воно дозволяє поєднати аналіз тимчасових емоційних реакцій із вивченням стабільних індивідуальних особливостей. Це забезпечує комплексне розуміння того, як тривожність впливає на формування агресивної поведінки, і створює основу для подальшого аналізу взаємозв'язку між агресією та іншими психологічними чинниками [23].

2.2. Аналіз та інтерпретація результатів емпіричного дослідження агресивності у підлітків

2.2.1. Описова статистика психологічної стійкості підлітків

Для глибшого аналізу поняття агресивності у підлітковому віці було здійснено описову статистику за методикою Басса– Дарки (Рис. 2.1). Це дозволило не лише визначити рівень агресивності, але й простежити її окремі

складові, які у кризових умовах війни можуть набувати особливої виразності. Отримані результати створюють основу для подальшого розуміння суті агресивності та чинників, що впливають на її виникнення у підлітковому середовищі.



Рис. 2.1. Середні показники агресивності за методикою Басса–Дарки серед підлітків у воєнних умовах

Найвищий середній показник зафіксовано за шкалою вербальної агресії ($M = 6,52$). Це говорить про те, що підлітки найчастіше виражають негативні емоції через словесні форми – крик, погрози, прокльони. Вербальна агресія у цьому випадку виступає найбільш доступним способом розрядки внутрішньої напруги. Умови тривалого стресогенного середовища можуть підсилювати цю тенденцію, оскільки підлітки стикаються з високим рівнем емоційного перевантаження, і саме словесні прояви стають для них найбільш швидким та безпосереднім каналом вираження агресії. Крім того, вербальна агресія може бути пов'язана з підвищеною емоційною реактивністю та недостатністю сформованих навичок саморегуляції.

Достатньо високим є показник роздратування ($M = 6,36$) (Рис. 2.1), який відображає готовність до прояву негативних почуттів при найменшому порушенні або фруструючому впливі. Це свідчить про схильність підлітків швидко реагувати запальністю, різкістю чи грубістю у ситуаціях, що провокують

агресивну реакцію. У кризовому контексті такий рівень роздратування може бути наслідком постійного відчуття небезпеки та нестабільності, що підсилює емоційну вибуховість і часто виступає первинним етапом переходу до вербальних конфліктів. Отже, роздратування може виконувати роль емоційного тригера для подальших агресивних проявів.

Дещо нижчий, але все ж значущий результат отримано за шкалою підозрілості ($M = 5,44$). Це показує, що підлітки схильні перебувати у діапазоні від недовіри й обережності до очікування потенційної загрози з боку інших людей. Умови війни та загальної соціальної нестабільності можуть робити таку тенденцію більш закономірною, адже соціальне середовище сприймається як менш передбачуване та більш загрозове. Підозрілість у цьому випадку може виступати як захисний механізм, що допомагає підліткам уникати потенційних ризиків, однак водночас вона може ускладнювати міжособистісну взаємодію та підвищувати конфліктність у спілкуванні.

Високим також виявився показник почуття провини ($M = 5,58$) (Рис. 2.1). Це може свідчити про схильність підлітків до самозвинувачення, внутрішнього переживання власної «неправильності» та посиленого контролю власної поведінки через моральні переживання. У кризових умовах війни почуття провини часто посилюється через втрати, страх за близьких та неможливість впливати на події, що відбуваються. У результаті формується внутрішній конфлікт, який може опосередковано впливати на рівень агресивності, оскільки накопичена внутрішня напруга іноді знаходить вихід у зовнішніх агресивних реакціях.

Середні значення отримано за шкалами непрямой агресії ($M = 4,24$), образи ($M = 4,48$) та фізичної агресії ($M = 4,32$). Непряма агресія проявляється у діях обхідного характеру, які можуть бути спрямовані як на значущих осіб (друзів, батьків, однолітків), так і мати безособовий характер, наприклад псування речей або уникнення відкритого конфлікту. У кризових умовах така форма агресії може виконувати функцію прихованого розрядження емоційної напруги без прямої конфронтації. Образа відображає тенденцію до переживання негативних емоцій

у відповідь на реальні або уявні дії інших людей, що у підлітковому віці може бути пов'язано з підвищеною емоційною чутливістю та суб'єктивним переживанням несправедливості. Фізична агресія, яка полягає у використанні сили проти інших осіб, у даному випадку має помірний рівень, що свідчить про відносно рідке використання прямих фізичних форм насильства порівняно з вербальними та емоційними проявами агресії.

Найнижчий середній показник було зафіксовано за шкалою негативізму ($M = 2,18$) (Рис. 2.1). Це означає, що підлітки найменше схильні до опозиційної та протестної форми поведінки, яка може проявлятися як від пасивного опору до активного заперечення соціальних норм і правил. У кризових умовах така тенденція може свідчити про те, що молодь більше зосереджена на емоційних та комунікативних формах агресії, ніж на відкритому соціальному протесті. Це також може означати, що підлітки прагнуть зберегти певний рівень соціальної адаптації навіть за наявності внутрішнього емоційного напруження, що проявляється переважно у прихованих або опосередкованих формах агресивної поведінки.

Для подальшого аналізу було використано адаптаційний опитувальник Роджерса– Даймонда (Рис. 2.2.), який дозволяє оцінити рівень соціально-психологічної адаптації та дезадаптації особистості. У межах методики було проаналізовано два ключові чинники – адаптивність та дезадаптивність, що відображають здатність підлітків пристосовуватися до соціального середовища або, навпаки, демонструвати труднощі у взаємодії з ним.

Середній показник за шкалою адаптивності становив $M = 150,26$, що є високим результатом. Це вказує про те, що більшість підлітків у досліджуваній вибірці демонструють достатній рівень соціально-психологічної гнучкості, здатність пристосовуватися до змін та підтримувати конструктивні взаємини з оточенням. У воєнних умовах такий рівень адаптивності може бути індикатором того, що молодь мобілізує внутрішні ресурси для збереження стабільності та емоційної рівноваги, навіть попри постійний стрес і невизначеність.

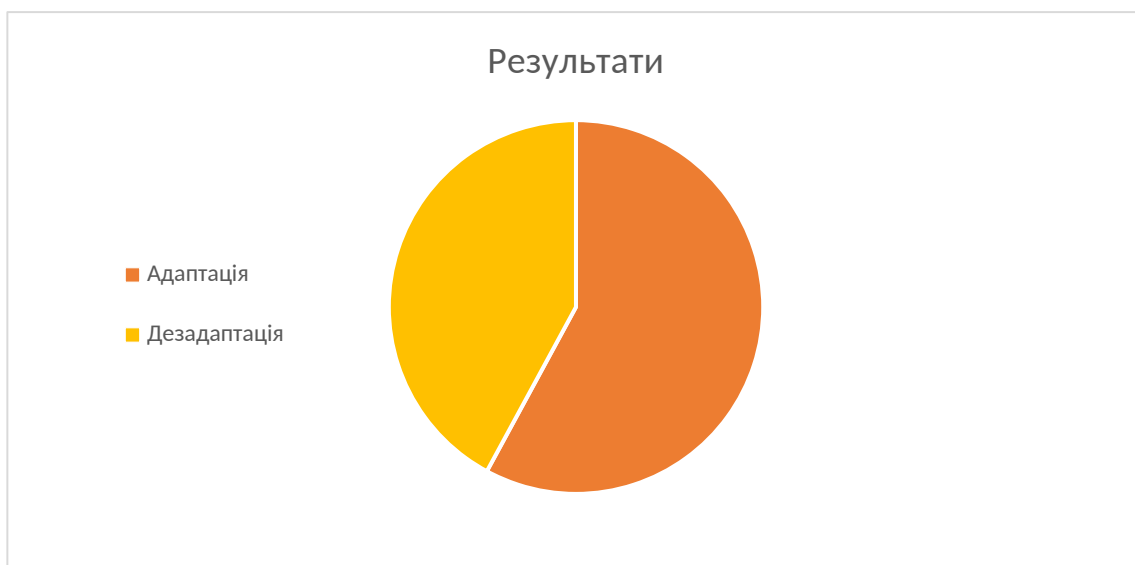


Рис. 2.2. Середні показники адаптивності та дезадаптивності за опитувальником Роджерса– Даймонда

Натомість показник дезадаптивності виявився нижчим – $M = 109,22$ (Рис. 2.2.). Це демонструє, що наявність у частини підлітків труднощів у соціальній взаємодії, схильність до конфліктності, емоційної нестабільності та порушення комунікативних процесів. У контексті війни такі прояви можуть бути зумовлені підвищеним рівнем тривожності, страхом та внутрішнім напруженням, що ускладнює процеси адаптації.

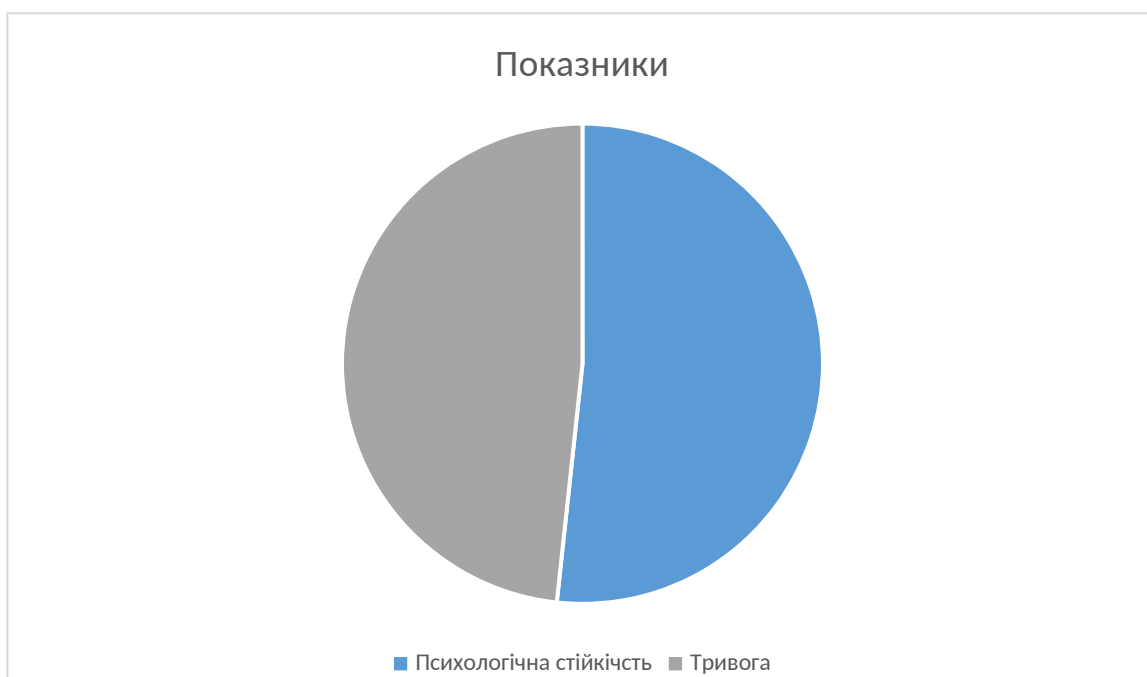


Рис. 2.3. Середні значення психологічної стійкості за шкалою Коннора–

Девідсона та рівня тривожності за опитувальником Спілберга (STAI)

Для оцінки рівня психологічної стійкості студентів було використано шкалу Коннора– Девідсона (CD-RISC). Середній результат становив $M = 26,10$, що відповідає рівню вище середнього (Рис. 2.3.). Це говорить про наявність у студентів достатніх внутрішніх ресурсів для подолання труднощів та підтримання емоційної рівноваги навіть у кризових умовах. У контексті війни та постійного стресового навантаження такий показник є важливим індикатором того, що молодь здатна мобілізувати психологічні механізми адаптації, хоча їхня стійкість залишається вразливою до тривалих і повторюваних стресових впливів.

Паралельно було проаналізовано рівень тривожності за опитувальником Спілберга (STAI). Середній показник склав $M = 24,38$, що вказує про високий рівень тривожності серед студентів. Це означає, що респонденти переживають значну емоційну напругу, яка може бути зумовлена не лише воєнним станом, але й іншими чинниками, характерними для студентського життя. Зокрема, опитування проводилося наприкінці навчального року, коли до традиційних стресових факторів додаються хвилювання, пов'язані з екзаменами, підготовкою до вступу чи завершенням навчання.

У підсумку проведеної описової статистики можна зробити висновок, що психологічний стан підлітків та студентів у воєнних умовах характеризується поєднанням високих рівнів агресивності й тривожності з одночасною наявністю достатніх ресурсів адаптації та життєстійкості. Найбільш вираженими виявилися показники вербальної агресії та роздратування, що засвідчує про схильність молоді до словесних форм конфлікту та емоційної вибуховості. Дещо нижчими, але значущими є показники підозрливості та почуття провини, які відображають недовіру до оточення та схильність до самозвинувачення. Середні значення непрямой агресії, образи та фізичної агресії показують, що ці форми проявів присутні, але менш інтенсивні, тоді як негативізм має найнижчий рівень, що свідчить про мінімальну схильність до відкритого протесту.

Результати адаптаційного опитувальника Роджерса– Даймонда засвідчили високий рівень адаптивності та нижчий рівень дезадаптивності, що говорить про

здатність більшості підлітків пристосовуватися до змін, хоча у частини респондентів простежуються труднощі у соціальній взаємодії. Показники життєстійкості за шкалою Коннора– Девідсона свідчать про достатній рівень психологічної стійкості, який допомагає долати кризові ситуації, тоді як високий рівень тривожності за опитувальником Спілберга демонструє значну емоційну напругу студентів, зумовлену як воєнним станом, так і навчальними факторами наприкінці року. Загалом описова статистика показує складну картину: підлітки та студенти мають ресурси для адаптації й життєстійкості, але водночас перебувають у стані підвищеної тривожності та схильності до агресивних реакцій, що створює підґрунтя для подальшого кореляційного аналізу.

2.2.2. Порівняльний аналіз показників вербальної агресії та роздратування за гендерними особливостями

У процесі дослідження було проведено статистичну обробку даних із застосуванням критерію Стьюдента для незалежних вибірок, що дозволило оцінити рівень агресивності у хлопців та дівчат за чотирма компонентами. Розгляд отриманих результатів показав, що середні значення вербальної агресії у дівчат ($M = 6,92$) виявилися дещо вищими порівняно з хлопцями ($M = 6,08$), однак перевірка не підтвердила статистично значущих відмінностей ($p > 0,05$) (Рис. 2.4). Це означає, що підлітки незалежно від статі можуть однаково проявляти вербальну агресію, а невелика перевага у середніх значеннях не має суттєвого значення. В умовах війни така тенденція може пояснюватися тим, що підлітки частіше використовують словесні форми вираження емоцій як спосіб реагування на психологічне напруження, тоді як інші форми агресії можуть проявлятися інакше. Водночас відсутність значущих відмінностей свідчить про те, що вербальна агресія виступає універсальною формою реагування у підлітковому віці.

Щодо роздратування, середні показники у хлопців та дівчат збігаються ($M = 5,58$), і результати аналізу також не виявили статистично значущих відмінностей ($p > 0,05$) (Рис. 2.4). Це означає, що схильність до роздратування є

спільною рисою для підлітків незалежно від статі. Воєнний контекст може посилювати цей стан у всіх, адже постійні стресові події, новини про бойові дії, втрати та невизначеність майбутнього створюють емоційне напруження, яке провокує підвищену дратівливість. У підлітковому віці, коли емоційна сфера ще формується, такі зовнішні чинники однаково впливають як на хлопців, так і на дівчат.

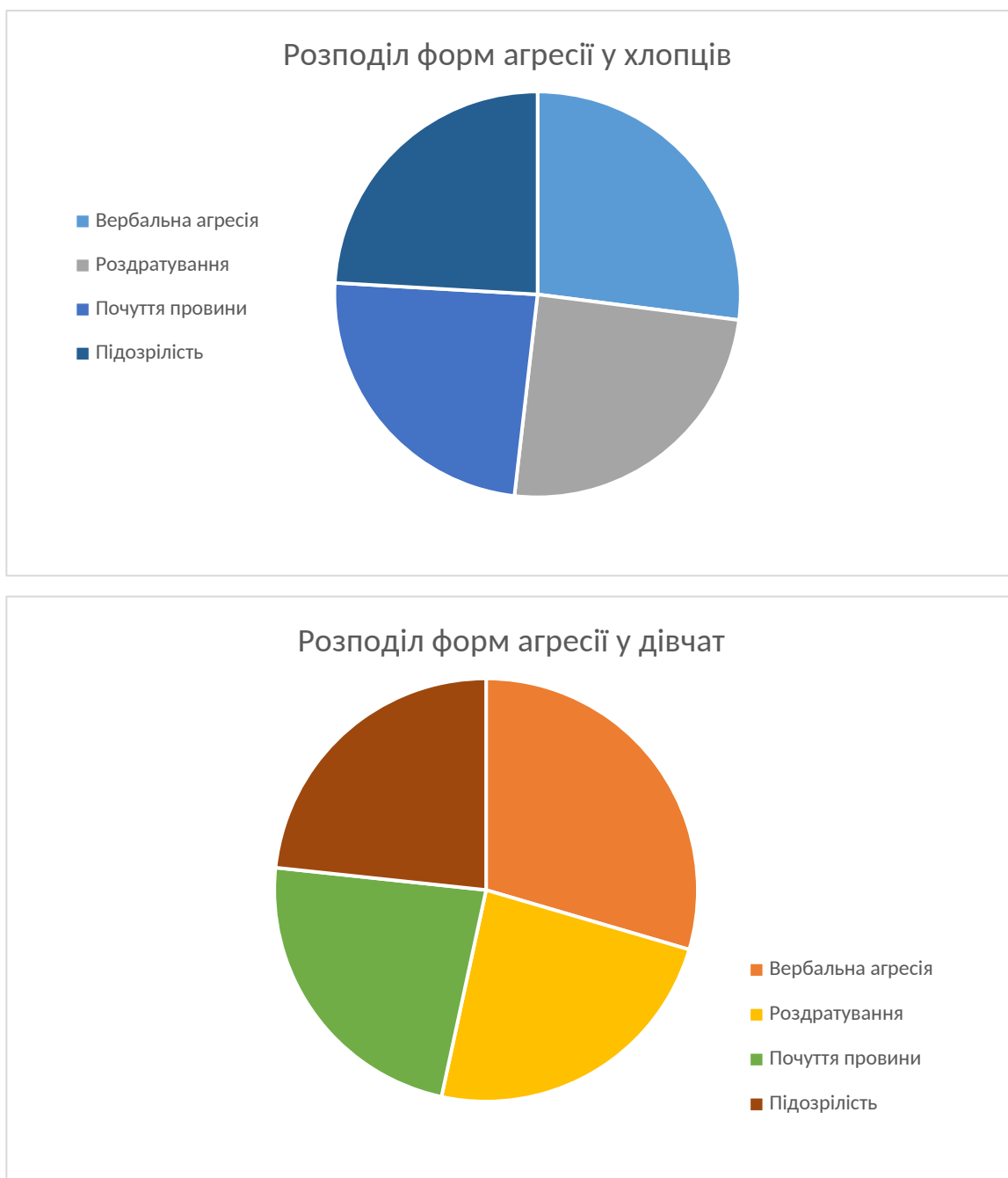


Рис.2.4. Розподіл форм агресії у дівчат та хлопців

Аналіз почуття провини показав майже однакові середні значення у хлопців ($M = 5,42$) та дівчат ($M = 5,46$), що підтверджується відсутністю статистично значущих відмінностей ($p > 0,05$). Це дає підстави стверджувати, що переживання провини є універсальним для підлітків обох статей. У воєнний час це почуття може бути пов'язане не лише з особистими переживаннями, а й із соціальними умовами: підлітки часто відчують провину через власну безпорадність або неможливість вплинути на ситуацію, що формує спільний емоційний фон незалежно від статі. Почуття провини у підлітковому віці може мати як конструктивний, так і деструктивний характер: з одного боку воно сприяє рефлексії та самоконтролю, а з іншого — може посилювати внутрішні конфлікти та знижувати самооцінку.

Схожа ситуація спостерігається і щодо підозрливості: хлопці ($M = 5,42$) (Рис. 2.4) та дівчата ($M = 5,46$) мають майже ідентичні середні значення, а результати перевірки гіпотези також підтвердили відсутність статистично значущих відмінностей ($p > 0,05$). Підозрливість у сучасних умовах може бути пов'язана з воєнними реаліями, коли інформаційний простір є суперечливим, а рівень довіри до оточення знижується. Це формує загальну атмосферу настороженості, яка проявляється у підлітків незалежно від статі. У період війни підозрливість може виконувати і частково адаптивну функцію, допомагаючи бути більш обережними у взаємодії з іншими, однак водночас може ускладнювати формування довірливих стосунків та сприяти соціальній дистанційованості.

Отримані результати показують, що жоден із досліджуваних компонентів агресивності не має виражених гендерних відмінностей. Хоча у випадку вербальної агресії простежується тенденція до дещо вищих показників серед дівчат, загалом підлітки незалежно від статі демонструють подібний рівень агресивних проявів. Війна та кризові умови життя створюють спільний психологічний контекст, у якому підлітки стикаються з однаковими викликами, що формує схожі емоційні реакції. Це дозволяє зробити висновок, що агресивність у підлітковому середовищі формується переважно під впливом

соціально-психологічних чинників, а не біологічних відмінностей між статями, і саме воєнний контекст підсилює універсальність цих проявів.

2.3. Кореляційний аналіз даних

Для більш детального вивчення особливостей агресивності підлітків було здійснено кореляційний аналіз, спрямований на встановлення взаємозв'язків між досліджуваними психологічними показниками. Застосування такого підходу дало можливість не лише описати рівень вираженості агресивних проявів, а й глибше проаналізувати психологічні механізми їх формування.

Проведений аналіз дозволив виявити, які саме особистісні характеристики та емоційні стани пов'язані з різними формами агресивної поведінки, а також визначити особливості їхнього впливу на інтенсивність агресивних реакцій. Отримані результати сприяють більш глибокому розумінню закономірностей розвитку агресивності у підлітковому віці та дають змогу окреслити основні напрями її прояву в умовах воєнного часу та кризового середовища.

Оскільки вербальна агресія виявилася найбільш вираженим показником у структурі агресивності досліджуваних підлітків, першочергово було проаналізовано її взаємозв'язки з іншими психологічними характеристиками. У результаті кореляційного аналізу встановлено наявність статистично значущого позитивного зв'язку між вербальною агресією та дезадаптивністю ($r = 0,308$; $p \leq 0,05$), який має слабо-середню потужність. Також зафіксовано статистично значущий позитивний зв'язок між рівнем тривоги та вербальною агресією ($r = 0,316$; $p \leq 0,05$), що характеризується аналогічною слабо-середньою силою (Рис. 2.5).

Отримані результати дають підстави розглядати словесні прояви агресії як форму реагування, що посилюється в умовах воєнного часу та постійного психоемоційного напруження. Підвищений рівень тривожності, емоційна нестабільність та внутрішнє напруження можуть провокувати конфліктність, різкі висловлювання, словесні образи та імпульсивні реакції у процесі спілкування. Водночас взаємозв'язок між вербальною агресією та

дезадаптивністю дозволяє трактувати її як прояв порушення психологічної адаптації та недостатньо сформованих механізмів емоційної саморегуляції.

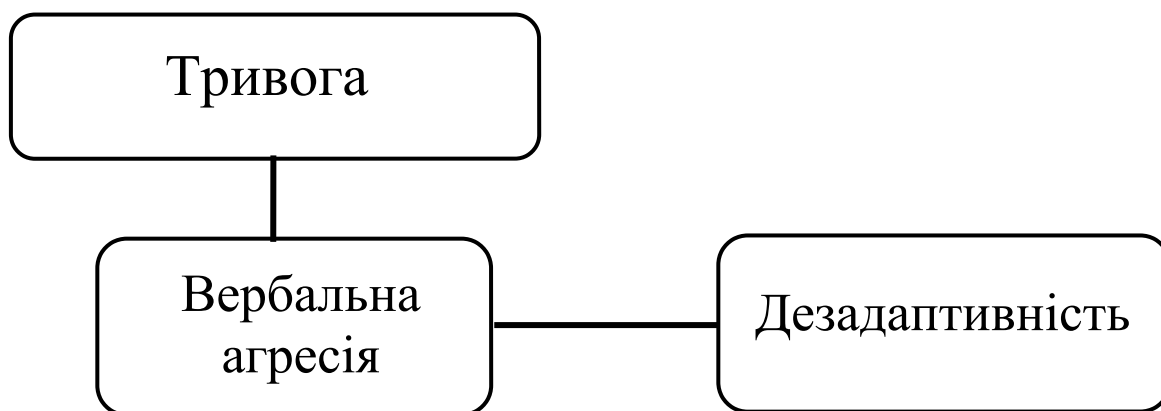


Рис. 2.5 Взаємозв'язки вербальної агресії з показниками тривоги та дезадаптивності

Наступні статистично значущі результати були отримані у кореляційному аналізі фізичної агресії. Найсильніший позитивний зв'язок виявлено між рівнем тривожності та фізичною агресією ($r = 0,533$; $p \leq 0,01$), що характеризується високою потужністю. Крім того, встановлено позитивні кореляції між фізичною агресією та дезадаптивністю ($r = 0,431$; $p \leq 0,01$), а також між фізичною агресією та неприйняттям себе ($r = 0,425$; $p \leq 0,01$). Обидва зв'язки мають середню силу (Рис. 2.6).

Отримані дані дають підстави вважати, що високий рівень тривожності, сформований під впливом тривалого психоемоційного напруження та стресових чинників воєнного часу, може сприяти посиленню фізичних агресивних реакцій у підлітків. Внутрішнє напруження нерідко проявляється через імпульсивність, агресивні дії та втрату емоційного контролю. Водночас взаємозв'язок фізичної агресії з неприйняттям себе може відображати негативне ставлення до власної особистості, схильність до самокритики та внутрішнього самозвинувачення, що у крайніх випадках може призводити до саморуйнівних тенденцій. Труднощі самоприйняття та постійне невдоволення собою здатні підсилювати дезадаптивні прояви, тому фізична агресія може розглядатися як одна з форм

дезадаптивного реагування на тривалий стрес, емоційне виснаження та недостатність ресурсів психологічної саморегуляції.

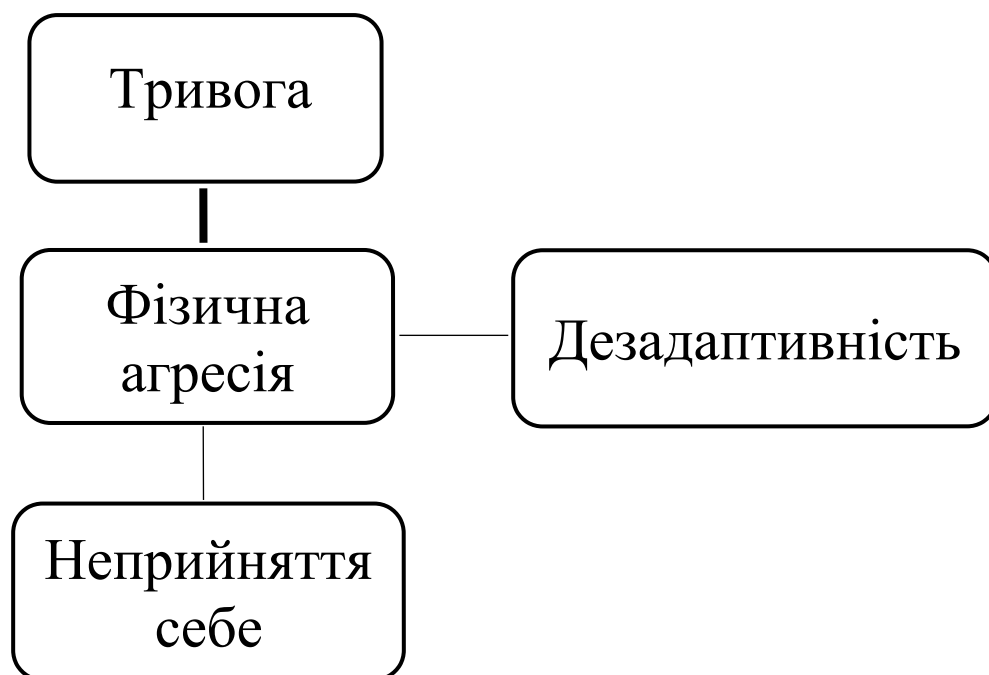


Рис. 2.6 Взаємозв'язки фізичної агресії з показниками тривоги, дезадаптивності та неприйняття себе

Також, статистично значущі взаємозв'язки були отримані для показника підозрілості. Найсильніший позитивний зв'язок простежується між підозрілістю та емоційним комфортом ($r = 0,511$; $p \leq 0,01$), що характеризується високою потужністю. Додатково встановлено позитивні кореляції середньої сили між підозрілістю та тривогою ($r = 0,468$; $p \leq 0,01$), дезадаптивністю ($r = 0,439$; $p \leq 0,01$) та неприйняттям себе ($r = 0,414$; $p \leq 0,01$). Окрім цього, виявлено слабо-середній негативний зв'язок між підозрілістю та прийняттям себе ($r = -0,381$; $p \leq 0,01$) (Рис. 2.7).

Отримані результати демонструють, що підозрілість у підлітковому віці поєднується з емоційним напруженням, труднощами у міжособистісній взаємодії та нестабільністю внутрішнього стану. Вона асоціюється з підвищеною тривожністю, схильністю до дезадаптивних реакцій та негативним ставленням до власної особистості, що проявляється у самокритиці та внутрішньому невдоволенні собою. Зниження рівня прийняття себе при зростанні підозрілості

вказує на ослаблення позитивного самосприйняття, що ускладнює процес емоційної саморегуляції та конструктивної взаємодії з оточенням. Таким чином, підозрілість постає як один із ключових чинників, що підсилює внутрішній дискомфорт та формує схильність до ізоляції й конфліктності.

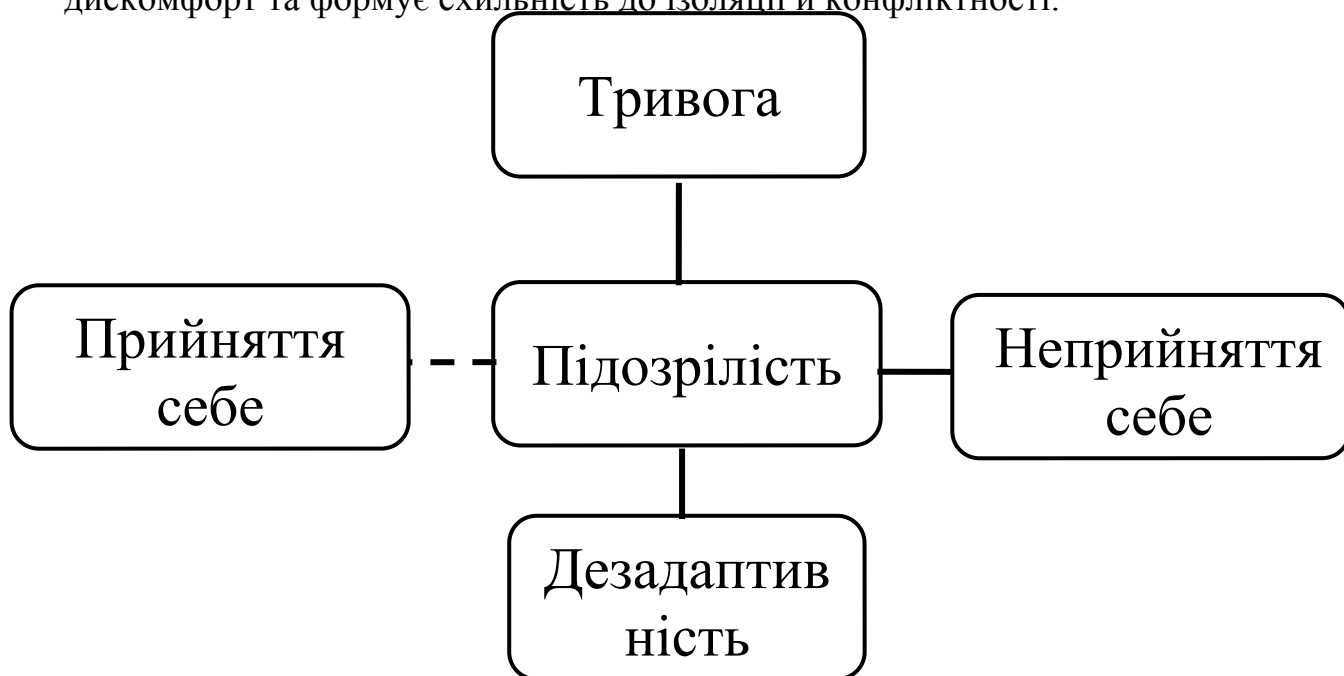


Рис. 2.7 Плеяда взаємозв'язків підозрливості

Аналіз показав, що роздратування має сильний позитивний зв'язок з адаптивністю ($r = 0,537$; $p \leq 0,01$) (Рис. 2.8). Це означає, що підвищений рівень роздратування у підлітків може поєднуватися з активними спробами пристосування до соціального середовища, пошуком способів реагування на труднощі та мобілізацією внутрішніх ресурсів. У даному випадку роздратування виступає як емоційний маркер, що стимулює процеси адаптації, хоча й супроводжується підвищеною напруженістю у взаємодії.

Водночас встановлено слабо-середній негативний зв'язок між роздратуванням та тривогою ($r = -0,393$; $p \leq 0,01$) (Рис. 2.8). Це свідчить про те, що зростання рівня тривожності знижує ймовірність прояву роздратування, адже тривога частіше асоціюється з внутрішнім блокуванням активних реакцій, униканням конфліктів та схильністю до пасивних форм поведінки. Таким чином, роздратування у підлітків може розглядатися як більш активна форма

емоційного реагування, яка протиставляється тривожності, що має інший – стримуєчий та інгібіторний – характер.

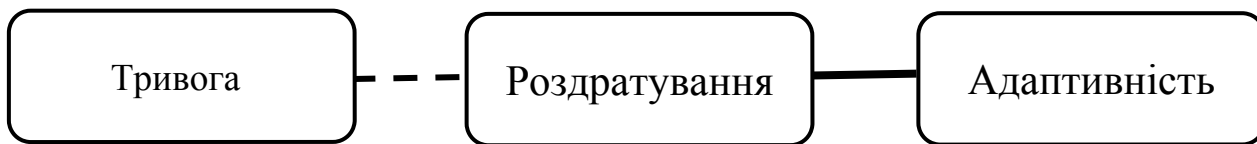


Рис. 2.8 Роздратування як емоційна реакція на стрес

Проведений кореляційний аналіз дозволив виявити систему статистично значущих взаємозв'язків між показниками агресивності, тривожності, адаптаційних процесів та особливостями самосприйняття підлітків. Отримані результати засвідчують, що різні форми агресивної поведінки не є ізольованими проявами, а тісно пов'язані з емоційним станом та рівнем психологічної адаптації особистості. Найбільш виражені зв'язки спостерігаються між фізичною агресією, тривожністю та дезадаптивністю, що вказує на істотний вплив емоційного напруження та хронічного стресу на поведінкові реакції підлітків.

Встановлено, що підвищення рівня тривожності, а також наявність труднощів у самоприйнятті та адаптації супроводжуються посиленням агресивних проявів, зокрема вербальної та фізичної агресії. Окремі показники, такі як підозрілість і роздратування, відображають специфіку емоційного реагування та особливості взаємодії підлітків із соціальним середовищем, що також впливає на загальний рівень внутрішнього напруження.

Отримані дані дозволяють розглядати агресивність як складний багатофакторний феномен, що формується під впливом емоційних, особистісних та соціально-психологічних чинників. У зв'язку з цим особливого значення набуває розвиток у підлітків навичок емоційної саморегуляції, підвищення рівня психологічної стійкості та формування більш адаптивних способів реагування на стресові ситуації в умовах кризового середовища.

ВИСНОВКИ ДО РОЗДІЛУ 2

Проведене емпіричне дослідження дозволило комплексно проаналізувати особливості агресивності підлітків у воєнних умовах та визначити чинники, що впливають на її формування й прояви. Вибірка охопила 50 респондентів віком від

10 до 19 років, що забезпечило можливість простежити специфіку агресивної поведінки на різних етапах підліткового розвитку. Формат анонімного онлайн-опитування сприяв більшій щирості відповідей та зниженню ризику соціально бажаних реакцій, що підвищило достовірність отриманих даних.

Використання комплексу психодіагностичних методик (опитувальник Басса– Дарки, методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, шкала життєстійкості Коннора– Девідсона, шкала тривожності STAI) дало змогу дослідити багатовимірну структуру агресивності та її взаємозв'язки з адаптивністю, життєстійкістю й тривожністю. Це забезпечило цілісне бачення феномену агресивності у кризових умовах війни.

Отримані результати описової статистики показали, що найбільш вираженими компонентами агресивності є вербальна агресія та роздратування, які виступають провідними каналами емоційного реагування підлітків. Високі показники підозрілості та почуття провини додатково відображають внутрішню напруженість, недовіру до соціального середовища та схильність до самозвинувачення. Це говорить про те, що агресивність у підлітковому віці має комплексний характер і поєднує як зовнішні, так і внутрішні форми прояву.

Кореляційний аналіз дозволив виявити низку статистично значущих взаємозв'язків. Зокрема, вербальна агресія має позитивні кореляції з тривожністю та дезадаптивністю, що вказує на її роль як форми дезадаптивного реагування на стрес. Фізична агресія продемонструвала сильний зв'язок із тривожністю та середні позитивні зв'язки з дезадаптивністю й неприйняттям себе, що свідчить про її тісний зв'язок із внутрішнім емоційним напруженням та труднощами самоприйняття. Підозрілість виявилася пов'язаною з емоційним дискомфортом, тривожністю, дезадаптивністю та негативним ставленням до себе, а також мала негативний зв'язок із прийняттям себе, що підкреслює її роль у формуванні внутрішнього конфлікту та схильності до ізоляції. Роздратування, навпаки, показало сильний позитивний зв'язок з адаптивністю та негативний із тривогою, що дозволяє трактувати його як більш активну форму емоційного реагування, яка може стимулювати процеси пристосування.

Таким чином, агресивність підлітків у воєнних умовах постає як багатокомпонентне явище, що формується під впливом тривожності, емоційної нестабільності та труднощів соціально-психологічної адаптації. Вона проявляється у різних формах – від словесних конфліктів і фізичних дій до внутрішніх переживань, самозвинувачення та недовіри до оточення.

Практична значущість дослідження полягає у можливості використання отриманих результатів для розробки програм психологічної підтримки, спрямованих на зниження агресивних проявів, розвиток навичок емоційної саморегуляції та підвищення адаптивності підлітків у кризових умовах. Отримані дані можуть стати основою для профілактики булінгу, формування конструктивних стратегій подолання стресу та створення системи психологічної допомоги молоді, яка перебуває у стані тривалого психоемоційного напруження.

ВИСНОВКИ

На основі проведеного дослідження можна узагальнити отримані результати та окреслити їхню теоретичну й практичну значущість.

У першому розділі було здійснено системний аналіз наукових підходів до розуміння агресії у підлітковому віці. Розглянуто класичні концепції та сучасні дослідження, які трактують агресію як багатofакторне явище, що поєднує емоційні, когнітивні та соціальні складові. Особливу увагу приділено віковим особливостям підлітків, їхній емоційній нестабільності, пошуку ідентичності та впливу соціального середовища. Теоретичний аналіз показав, що агресивна поведінка у підлітковому віці формується під впливом як внутрішніх психологічних характеристик, так і зовнішніх кризових факторів, а в умовах війни її прояви набувають особливої гостроти.

У другому розділі було проведено емпіричне дослідження агресивності серед підлітків у воєнних умовах. Вибірка охопила 50 респондентів віком від 10 до 19 років, що дозволило простежити специфіку агресивної поведінки на різних етапах підліткового розвитку. Використання комплексу психодіагностичних методик (опитувальник Басса – Дарки, методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда, шкала життєстійкості Коннора– Девідсона, шкала тривожності STAI) забезпечило багатовимірний аналіз структури агресивності та її взаємозв'язків із тривожністю, адаптивністю та стресостійкістю.

Результати описової статистики показали, що найбільш вираженими компонентами агресивності є вербальна агресія та роздратування, які виступають провідними каналами емоційного реагування підлітків у кризових умовах. Високі показники підозрливості та почуття провини додатково відображають внутрішню напруженість, недовіру до соціального середовища та схильність до самозвинувачення.

Кореляційний аналіз дозволив встановити низку статистично значущих взаємозв'язків. Вербальна й фізична агресія продемонстрували позитивні кореляції з тривожністю та дезадаптивністю, що вказує на їхню роль як форм

дезадаптивного реагування на стрес. Підозрілість виявилася пов'язаною з емоційним дискомфортом, труднощами самоприйняття та підвищеною тривожністю, а також мала негативний зв'язок із прийняттям себе. Роздратування показало сильний позитивний зв'язок з адаптивністю та негативний із тривогою, що дозволяє трактувати його як більш активну форму емоційного реагування, яка може стимулювати процеси пристосування.

Гіпотеза дослідження підтвердилася: підлітки у воєнних умовах характеризуються підвищеним рівнем агресивності, який має статистично значущий зв'язок із високим рівнем тривожності та зниженням показників стресостійкості й соціально-психологічної адаптації.

Практична значущість роботи полягає у можливості використання отриманих результатів для розробки програм психологічної підтримки та профілактики агресивної поведінки серед підлітків. Зібрані дані можуть бути застосовані у діяльності практичних психологів, педагогів та соціальних працівників для формування навичок емоційної саморегуляції, розвитку адаптивності та зниження рівня тривожності.

Загалом дипломна робота досягла поставленої мети, виконала всі завдання, визначені у вступі, та продемонструвала як теоретичну, так і практичну значущість дослідження. Отримані результати розширюють сучасні наукові уявлення про феномен агресивності підлітків у воєнних умовах і можуть стати основою для подальших досліджень та практичних розробок у сфері психологічної підтримки молоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бугайова О. П. Психологічні особливості проявів агресивної поведінки підлітків в умовах воєнного стану : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня магістра / О. П. Бугайова ; наук. кер. А. О. Ключко ; ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України, Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти. – Біла Церква, 2024. – С. 101. – URL: <https://binpo.com.ua/wp-content/uploads/2025/02/Бугайова.pdf>
2. Бужина І. В., Цюпа Л. В. Сімейні стосунки як детермінанта агресивної поведінки підлітків, 2025. – № 1. – DOI: 10.69842/DIDACTICS.2025.1.03. – С. 25-29
3. Виноградова У. Булінг під час війни: як стрес і тривога перетворюють школу на зону ризику // *Blik.ua*. – Київ : Blik, 2026. – : URL: <https://blik.ua/lifestyle/26556-buling-pid-chas-viini-yak-stres-i-trivoga-peretvoryuyut-shkolu-na-zonu-riziku>
4. Герасимчук О., Лисянська Т. Основні теорії агресії та фрустрації: причини виникнення і подолання // *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. – Київ : Український державний університет імені Михайла Драгоманова, 2025. – Вип. 26 (71). – С. 5– 19. – DOI: 10.31392/UDU-nc.series12.2025.26(71).01. URL: <https://enpuirb.udu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/defedae981a-464f-bdb4-92652dc4e345/content>
5. Гречковська Л. П. Психологічні фактори динаміки агресивної поведінки підлітків / Л. П. Гречковська ; Хмельницький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, Відділ освіти Старосинявської районної державної адміністрації. – Стара Синява, 2014. – URL: <https://naurok.com.ua/psihologichni-faktori-dinamiki-agresivno-povedinki-pidlitkiv-95529.html>

6. Дмитрієва С. М., Мачушник О. Л. Підліткова агресивність та шляхи її корекції // Збірник наукових праць Сєверодонецького інституту. – Сєверодонецьк : Сєверодонецький інститут, 2018. – С. 1-15.
7. Дубініна Я. А. Взаємозв'язок рівнів прояву агресії з індивідуально-психологічними особливостями учнів підліткового віку : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «бакалавр» / наук. кер. Г. Лялюк ; рец. С. Карпенко. – Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. – 53 с. – URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/5819/1/%D0%94%D1%83%D0%B1%D1%96%D0%BD%D1%96%D0%BD%D0%B0%20%D0%AF%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%20%D0%90%D0%BD%D0%B4%D1%80%D1%96%D1%97%D0%B2%D0%BD%D0%B0.%20%D0%9A%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%96%D1%84%D1%96%D0%BA%D0%B0%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B0.%20%D0%94%D0%A4%D0%9D.%20%D0%91%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%B2%D1%80.%202022-2023%20%D0%BD.%D1%80..pdf>
8. Катриченко Ю. Опитувальник К. Роджерса для визначення адаптованості та дезадаптованості особистості // Juliakatrychenko.blogspot.com. – Київ – URL: https://juliakatrychenko.blogspot.com/p/blog-page_6.html
9. Костецька В. О. Гендерні аспекти агресивної поведінки підлітків : випускна кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «бакалавр» / В. О. Костецька ; наук. кер. А. В. Мороз ; Харківський національний університет внутрішніх справ, ННІ № 5, кафедра соціології та психології. – Харків, 2025. – С. 51. – URL: <https://dspace.univd.edu.ua/server/api/core/bitstreams/14b68ee5-6920-4a7d-be8c-35e45641c4c4/content>

- 10.Красносельська В. О. Психологічні чинники агресивної поведінки у сучасних підлітків/ В. О. Красносельська. – Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2022. – С. 52 – URL: <https://dspace.znu.edu.ua/jspui/bitstream/12345/10554/1/Красносельська%20В.О.pdf>
- 11.Купко Н. Самоушкоджувальна поведінка в дітей та підлітків: можливості терапевтичного оцінювання // Актуально. – Київ : НейроNEWS, 2024. – № 4 (150). – С. 6– 9. – URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2024/4%28150%29/pages-6-9/samoushko-dzhuvalna-povedinka-v-ditey-ta-pidlitkiv-mozhливosti-terapevtichnogo-ocinyuvannya#gsc.tab=0>
- 12.Літвінова О. В. Дослідження психологічних чинників підліткового булінгу // *Науковий вісник Херсонського державного університету*. – Херсон : Херсонський державний університет, 2019. – Вип. 4. – С. 183–189.
- 13.Логачев М. Г., Буланклі Х. Булінг як психологічний феномен сучасного суспільства // *Особистість, суспільство, закон : матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Харків, 25 квітня 2019 р.)*. – Харків : Харківський національний університет внутрішніх справ, 2019. – С. 270– 274. – URL: https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/25_04_2019/pdf/54.pdf
- 14.Марценковська І. І. Патерни агресивної поведінки у дітей і підлітків: сучасні дефініції та діагностичні категорії // *Практика*. – Київ : Інститут психіатрії, судово-психіатричної експертизи та моніторингу наркотиків МОЗ України, 2022. – № 1 (132). – С. 36– 38. – URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2022/1%28132%29/pages-36-38/paterni-agresivnoyi-povedinki-u-ditey-i-pidlitkiv-suchasni-definiciyi-ta-diagnostichni-kategoriyi#gsc.tab=0>
- 15.Мойсеєва О. Є. Агресія підлітків: причини виникнення та можливості психокорекції // *Юридична психологія*. 2015. № 1. С. 139– 148.

16. Платонова О. Г., Дрижак Т. І. Причини виникнення і форми прояву агресивної поведінки у підлітків в умовах воєнного стану // Актуальні проблеми психології та педагогіки : зб. наук. праць. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2023. – С. 140– 145. – URL: <https://epub.chnpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/9128/1/Причини%20виникнення%20і%20форми%20прояву%20агресивної%20поведінки%20у%20підлітків%20в%20умовах%20воєнного%20стану.pdf>
17. Приріз М. Агресія в підлітків: які причини та що з цим робити? 5 порад для батьків // Українська правда. Життя. – Київ : Українська правда, 2018. – URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2018/07/03/231914/>
18. Рогів Е. І. Опитувальник Басса– Даркі // Система роботи психолога з дітьми різного віку. – Київ : Stud.com.ua, 2014. – URL: https://stud.com.ua/82700/psihologiya/opituvalnik_bassa_darki
19. Росинюк А. Р. Особливості прояву агресії в підлітковому віці // VIII науково-практична інтернет-конференція «Соціальна адаптація особистості в сучасному суспільстві». – Inforum, 2021. – URL: <https://www.inforum.in.ua/conferences/26/85/687>
20. Русіна С. Булінг серед хлопців-підлітків: маскулінність, агресія та психічне здоров'я // Буковинський державний медичний університет. – Чернівці : БДМУ, 2024. – URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/bulning-sered-hlopcziv-pidlitkiv-maskulinnist-agresiya-ta-psyhichne-zdorovya/>
21. Седова В. І. Самооцінка як чинник агресивної поведінки підлітків : дипломна робота (пояснювальна записка) на здобуття освітнього ступеня «бакалавр» / наук. кер. Л. С. Яковицька ; нормоконтролер К. О. Гордієнко. – Київ : Національний авіаційний університет, 2022. – 75 с. – URL: <https://er.kai.edu.ua/server/api/core/bitstreams/8be67e38-02ef-49e4-a828-c2bbb6072819/content>
22. Сохор Н., Ясній О., Смашна О., Гашимова Н. Вплив війни та вимушеного переселення на психічне здоров'я дітей і підлітків // НейроNEWS: психоневрологія та нейропсихіатрія. – Тернопіль :

Тернопільський національний медичний університет ім. І. Я. Горбачевського, 2024. – № 8 (153). – С. 16– 19. – URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2024/8%28153%29/pages-16-19/vpliv-viyni-ta-vimushenogo-pereselennya-na-psihichne-zdorov-ya-ditey-i-pidlitkiv#gsc.tab=0>

23. Спілбергер Ч. Д., Ханін Ю. Л. Шкала тривоги (State-Trait Anxiety Inventory, STAI) : методика самооцінки рівня тривожності. – Портал «Mozok.ua», 2025. – URL: <https://mozok.ua/depressiya/testy/item/2703-shkala-trevogi-spilbergera-STAI>
24. Стаднік О., Мельник І. Адаптація шкали життєстійкості Коннора–Девідсона (CD-RISC) в українському контексті : методичний посібник. – Київ : Інститут психології, 2025. – С. 42 – URL: <https://ekrpoch.culturehealth.org/programs/Stadnik.Melnyk.3.2025.CD-RISC.pdf>
25. Хараджи М. В., Медак В. А. Психологічні особливості розвитку емоційного інтелекту в підлітків // Науковий журнал «Психологія та педагогіка». – Переяслав : Університет Григорія Сковороди, 2025. – С. 106– 110.
26. Fauzi F. A., Zulkefli N. A. M., Baharom A. Aggressive behavior in adolescent: The importance of biopsychosocial predictors among secondary school students // *Frontiers in Public Health*. – Lausanne : Frontiers Media SA, 2023. – Vol. 11. – P. 1– 10. – URL: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.992159>
27. Jagtap V. Understanding Aggression Among Adolescents: Causes, Types, and Solutions // *DPU Nursing Blog*. – Pune : Dr. D. Y. Patil Vidyapeeth, 2026. – URL: <https://nursing.dpu.edu.in/blogs/aggression-among-adolescents>
28. McCall B. Bullying, Family Ties, and Inequality Shape Teen Loneliness // *Medscape*. – New York : WebMD LLC, 2025. – URL: <https://www.medscape.com/viewarticle/992159>

<https://www.medscape.com/viewarticle/bullying-family-ties-and-inequality-shape-teen-loneliness-2025a1000w4w>

29. Molcho M., Walsh S. D., King N., Pickett W., Donnelly P. D., Cosma A., Elgar F. J., Ng K., Augustine L., Malinowska-Cieřlik M., Bjereld Y., Craig W. Trends in Indicators of Violence Among Adolescents in Europe and North America 1994– 2022 // *International Journal of Public Health*. – Basel : Frontiers Media SA, 2025. – Vol. 70. – P. 1– 15. – URL: <https://doi.org/10.3389/ijph.2025.1607654>
30. Muarifah A., Mashar R., Hashim I. H. M., Rofiah N. H., Oktaviani F. Aggression in Adolescents: The Role of Mother-Child Attachment and Self-Esteem // *Behavioral Sciences (Basel)*. – Basel : MDPI, 2022. – Vol. 12, № 5. – P. 147. – URL: <https://doi.org/10.3390/bs12050147>

ДОДАТКИ

ДОДАТОК А

Методика дослідження соціально - психологічної адаптації К. Роджерса - Р.

Даймонда

№	Твердження	0	1	2	3	4	5	6
1	Відчуваю незручність, коли вступаю з кимось у діалог							
2	Не має бажання розкриватися перед іншими							
3	У всьому подобається ризик, боротьба, змагання							
4	Маю до себе високі вимоги							
5	Часто сварю себе за те, що зробив							
6	Часто відчуваю себе пригніченим							
7	Маю сумніви, що можу подобатися особам протилежної статі							
8	Свої обіцянки виконую завжди							
9	Теплі, добрі стосунки з оточуючими							
10	Людина стримана, замкнена, тримаюся осторонь							
11	У невдачах звинувачую себе							
12	Людина відповідальна, на яку можна покластися							
13	Відчуваю, що не в змозі змінити щось, всі зусилля марні							
14	На багато що дивлюся очима однолітків							
15	Приймає в цілому ті правила й вимоги, яких варто дотримуватись							
16	Власних переконань і правил не вистачає							
17	Подобається мріяти, іноді важко повертатися до реальності							
18	Готовий до захисту і навіть нападу; переживаю образи болісно							
19	Умію керувати собою і своїми вчинками							
20	Часто змінюється настрій, настає нудьга							
21	Зосереджений на собі, зайнятий собою							
22	Люди, як правило, мені подобаються							
23	Відкрито виражаю свої почуття							
24	У великому скупченні людей відчуваю самотність							
25	Хочу все покинути, сховатися							
26	Вільно спілкуюся з оточуючими							
27	Важко боротися із самим собою							
28	Напружено сприймаю доброзичливе ставлення інших							
29	Оптиміст, вірю у найкраще							
30	Вперта, важка у спілкуванні							

31	Критична до людей								
32	Часто почуваюся тим, ким керують								
33	Більшість людей ставляться до мене добре								
34	Є думки, про які не хочу розповідати								
35	Маю привабливу зовнішність								
36	Почуваюся безпомічним								
37	Прийнявши рішення, виконую його								
38	Підаюся впливу інших								
39	Відчуваю провину без причини								
40	Відчуваю неприязнь до оточення								
41	Усім задоволений								
42	Не можу організувати себе								
43	Відчуваю байдужість до всього								
44	Врівноважений, спокійний								
45	Часто роздратований								
46	Часто відчуваю образу								
47	Гарячквата, нетерпляча людина								
48	Поширюю плітки								
49	Не завжди довіряю своїм відчуттям								
50	Важко бути собою								
51	Спочатку думаю, потім дію								
52	Схильний до фантазування								
53	Приймаю інших такими, як вони є								
54	Уникаю думок про проблеми								
55	Вважаю себе цікавою людиною								
56	Сором'язлива людина								
57	Потребую підштовхування до справ								
58	Відчуваю перевагу над іншими								
59	Не відчуваю свого "Я"								
60	Боюся думок інших								
61	Орієнтований на успіх і схвалення								
62	Маю негативне ставлення до себе								
63	Діяльний, енергійний								
64	Пасую перед труднощами								
65	Недостатньо себе оцінюю								
66	Можу впливати на інших								
67	Загалом ставлюся до себе добре								
68	Наполеглива людина								
69	Не люблю сварки								
70	Важко приймаю рішення								
71	Невпевнений у собі								
72	Задоволений собою								
73	Мені часто не щастить								

74	Приємна, приваблива людина								
75	Можу подобатися як особистість								
76	Презирство до протилежної статі								
77	Страх перед діями								
78	Спокійний, легкий стан								
79	Умію працювати наполегливо								
80	Відчуваю розвиток і зміни								
81	Можу говорити про те, чого не знаю								
82	Завжди кажу правду								
83	Напружений, схвильований								
84	Потрібен тиск, щоб щось зробити								
85	Невпевнений у собі								
86	Виправдовую свої вчинки								
87	М'який у ставленні до інших								
88	Люблю міркувати								
89	Іноді хизуюся								
90	Часто змінюю рішення								
91	Покладаюся на свої сили								
92	Ніколи не запізнююся								
93	Відчуваю внутрішню несвободу								
94	Відрізняюся від інших								
95	Не дуже надійний								
96	Добре себе розумію								
97	Відкрита, товариська людина								
98	Впевнений у своїх силах								
99	Не ціную себе								
100	Переживаю щодо протилежної статі								
101	Всі звички вважаю позитивними								

ДОДАТОК Б

Адаптаційний опитувальник К. Роджерса і Р. Даймонда

№	ТЕКСТ МЕТОДИКИ	0	1	2	3	4	5	6
1	Відчуваю незручність, коли вступаю з кимось у діалог							
2	Не має бажання розкриватися перед іншими							
3	У всьому подобається ризик, боротьба, змагання							
4	Маю до себе високі вимоги							
5	Часто сварю себе за те, що зробив							
6	Часто відчуваю себе пригніченим							
7	Маю сумніви, що можу подобатися особам протилежної статі							
8	Свої обіцянки виконую завжди							
9	Теплі, добрі стосунки з оточуючими							
10	Людина стримана, замкнена							
11	У невдачах звинувачую себе							
12	Людина відповідальна, на яку можна покластися							
13	Відчуваю, що не в змозі змінити ситуацію							
14	Дивлюся на багато речей очима однолітків							
15	Приймаю правила і вимоги суспільства							
16	Власних переконань не вистачає							
17	Подобається мріяти, іноді важко повернутися до реальності							
18	Готовий до захисту або нападу, довго пам'ятаю образи							
19	Умію контролювати себе і свої вчинки							
20	Часто змінюється настрій							
21	Зосереджений на собі							

22	Люди мені подобаються								
23	Відкрито виражаю свої почуття								
24	У натовпі почуваюся самотньо								
25	Хочеться все покинути і сховатися								
26	Легко спілкуюся з іншими								
27	Важко боротися із собою								
28	Вважаю, що не заслуговую на добре ставлення								
29	Вірю у найкраще								
30	Впертий характер								
31	Критично ставлюся до інших								
32	Відчуваю, що мене ведуть, а не я керую								
33	Люди добре до мене ставляться								
34	Є думки, які не хочу нікому розповідати								
35	Вважаю себе привабливим								
36	Відчуваю безпомічність								
37	Виконую прийняті рішення								
38	Залежу від думки інших								
39	Часто відчуваю провину								
40	Відчуваю неприязнь до оточення								
41	Задоволений життям								
42	Не можу себе організувати								
43	Відчуваю млявість								
44	Спокійний, врівноважений								
45	Часто роздратований								
46	Часто відчуваю образу								
47	Імпульсивний, нетерплячий								

48	Інколи поширюю плітки								
49	Не довіряю своїм відчуттям								
50	Важко бути собою								
51	Керуюсь більше розумом, ніж почуттями								
52	Схильний фантазувати								
53	Терплячий до інших								
54	Уникаю думок про проблеми								
55	Вважаю себе цікавою особистістю								
56	Сором'язливий								
57	Потребую підштовхування для завершення справ								
58	Відчуваю перевагу над іншими								
59	Не відчуваю своєї індивідуальності								
60	Боюся думки інших								
61	Прагну успіху і схвалення								
62	Є риси, які викликають у мене неприязнь до себе								
63	Активний, ініціативний								
64	Пасую перед труднощами								
65	Недооцінюю себе								
66	Вмію впливати на інших								
67	Добре ставлюся до себе								
68	Наполегливий								
69	Уникаю конфліктів								
70	Важко приймаю рішення								
71	Невпевнений у собі								
72	Задоволений собою								
73	Часто не щастить								

74	Приваблюю інших								
75	Можу подобатися як особистість								
76	Негативно ставлюся до протилежної статі								
77	Відчуваю страх перед діями								
78	Почуваюся спокійно								
79	Умію наполегливо працювати								
80	Відчуваю розвиток і зміни								
81	Іноді говорю про те, чого не знаю								
82	Завжди кажу правду								
83	Відчуваю напруження								
84	Потрібно змушувати себе діяти								
85	Відчуваю невпевненість								
86	Часто змушений захищатися								
87	Поступливий								
88	Люблю міркувати								
89	Люблю хизуватися								
90	Часто змінюю рішення								
91	Покладаюся на себе								
92	Ніколи не запізнююся								
93	Відчуваю внутрішню несвободу								
94	Відрізняюся від інших								
95	Ненадійний								
96	Приймаю себе								
97	Товариський								
98	Справляюся із завданнями								
99	Не ціную себе								

10 0	Надто переймаюся протилежною статтю								
10 1	Вважаю всі свої звички позитивними								

ДОДАТОК В

Шкала психологічної стійкості (резильєнтності)

№	Твердження	0зовсім не вірно	1рідко вірно	2іноді вірно	3часто вірно	4майже завжди вірно
1	Я здатний адаптуватися, коли відбуваються зміни	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Я можу впоратися з усім, що трапляється на моєму шляху	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Я намагаюся бачити гумористичну сторону речей, коли стикаюся з проблемами	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Подолання стресу може зробити мене сильнішим	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Я схильний відновлюватися після хвороби, травми чи інших труднощів	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Я вірю, що можу досягти своїх цілей, навіть якщо є перешкоди	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Під тиском я залишаюся зосередженим і чітко мислю	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Мене нелегко розчарувати невдачею	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Я вважаю себе сильною людиною, коли маю справу з життєвими викликами та труднощами	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Я здатний справлятися з	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	неприємними або болючими почуттями (смуток, страх, гнів)					
--	--	--	--	--	--	--

Шкала Тривоги Бека

№	Симптом	0	1	2	3
1	Відчуття оніміння та поколювання в тілі				
2	Відчуття жару				
3	Тремтіння в ногах				
4	Неможливість розслабитись				
5	Страх, що станеться найгірше				
6	Головокружіння				
7	Прискорене серцебиття				
8	Нестійкість, нестабільність				
9	Відчуття жаху, “це кінець”				
10	Дратівливість				
11	Тремтіння в руках				
12	Відчуття задухи				
13	Нерівна хода				
14	Страх втрати контролю				
15	Труднощі з диханням				
16	Страх смерті				
17	Переляк				
18	Шлунково-кишкові розлади				
19	Непритомність				
20	Прилив крові до обличчя				
21	Посилене потовиділення (не пов'язане зі спекою)				